***10 ФРАЗ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ИЗ ДЕТЕЙ ЗАКОМПЛЕКСОВАННЫХ ВЗРОСЛЫХ***

**Родители** **часто** **говорят** своим **детям** фразы, которые впоследствии у детей формируют комплексы. При этом, сами они даже не понимают, какой вред наносят **ребенку** этими фразами. Хотелось бы привести примеры этих самых фраз, которые очень часто произносят родители в общении со своими детьми!

**1. Я в твоём возрасте училась на отлично…** С рождения и до шести лет мама и папа для ребёнка — это практически боги, которые знают всё. Они формируют отношение малыша к миру и к себе лично. Конкретно в этой фразе можно увидеть конкуренцию родителя с ребёнком, он как бы говорит своему чаду: «Ты до меня никогда не дотянешься! Как бы ты ни старался, я лучше тебя». Дети, выросшие с такой установкой, как правило, всю жизнь доказывают семье, что они хорошие. Конечно, говоря подобные вещи, вы действительно стимулируете нарциссическую часть психики ребёнка, что провоцирует его достигать определённых целей. Но беда в том, что в итоге человек добивается чего-то не для себя, а для мамы с папой, чтобы они наконец-то увидели, что он достоин их. Вырастая, такие дети никогда не радуются своим успехам, радость приходит только в том случае, если родитель признаёт их достижения, но он вряд ли это сделает.

**2. Ты моя курочка, обезьянка и т. д.** Как только ни называют своих детей любящие родители. Всё это приводит к обезличиванию ребёнка, его как бы нет, а есть какая-то игрушка, с которой можно делать всё, что душе угодно. В начале своей жизни ваш сын или дочь любое сказанное слово будут воспринимать некритично, они будут доверять вам. Скажите ребёнку, что он дурак, вместо «тебе нужна помощь, давай я объясню», и ребёнок примет это. Приведу пример, когда мама в воспитательном порыве сказала сыну, что он трус. В итоге при знакомстве мальчик представлялся так: «Меня зовут Ваня Иванов, я трус». Когда вы слышите подобное — это должно быть стимулом, чтобы подумать над тем, как вы общаетесь с собственным чадом. Имя человека — это его презентация миру. В некоторых семьях получается, что оно задвигается и придумывается масса весёлых названий для ребёнка, а зря! Имя всегда должно быть на первом плане, это то, как человек будет впоследствии ощущать себя в этом мире, насколько он будет целостен. Если вы чаще называется дочку или сына курочкой, или чёртиком, то вы как бы откусывают от его имени (от его личности) кусочки.

**3. Посмотри, у Кати пятёрка за контрольную работу, а у тебя — четвёрка…**Большинство родителей всё делают из лучших побуждений. У самих родителей в детстве, скорее всего, был такой опыт, и тогда они говорят: «Ничего страшного, мне тоже так говорили, я же вырос, посмотри, какой я замечательный». Они смогли «забыть», как это больно, когда мама или папа тебя отвергает и говорит при этом: «А Катя лучше, чем ты». Это очень болезненный опыт, который часто дети переносят в свою взрослую жизнь. Эту Катю они потом начинают ненавидеть. Ребёнку всегда неприятно, когда его сравнивают с кем-нибудь другим, с одноклассником, братом или сестрой. Такие, уже взрослые люди всегда продолжают сравнивать себя с другими и всегда не в свою пользу.

**4. Раз ты так себя ведёшь, я тебя любить не буду…** Или я могу любить тебя, только когда ты мне подходишь. После этой фразы ребёнок начинает стараться изо всех сил быть правильным, он задвигает все свои потребности и желания, «выращивает» в себе некую антенну, которая угадывает желания и ожидания родителей. В итоге ребёнка не существует. Во взрослой жизни он пытается всё время угодить, живёт с установкой: «Я хочу, чтобы меня любили, а для этого я должен угождать. У меня не будет своих желаний, зато будут желания других людей».

**5. Не позорь меня…** Другими словами, родитель говорит: «Ты мой позор». Дети, которые часто слышат подобную фразу, очень хотят, чтобы все увидели, какие они на самом деле, при этом, если они получают чьё-то внимание, то не знают, что с ним делать. Они прячутся, закрываются, теряются. У такого ребёнка как будто нет выбора, он может быть только чьим-либо позором. Говоря что-то подобное, вы травмируете собственного малыша.

**6. Ты совсем как отец (мать)…** Безусловно, эта фраза иллюстрирует отношения папы с мамой, их недовольство своей совместной жизнью, которое они вымещают на ребёнке. То есть супруги напрямую не выясняют отношения, но через своё чадо говорят друг другу какие-то гадости. И все эти гадости остаются в ребёнке. Если мама говорит: «Ты такой же упрямый, как твой папаша». Получается, что папа — плохой человек, с которым невозможно договориться. А теперь подумаем, захочет ли мальчик быть таким мужчиной, ведь он упрямый и нехороший? Когда мы проецируем свои плохие отношения на детей, то им приходится жить с этим. С другой стороны, в этой фразе он может услышать подтекст, что «с девочками лучше, чем с мальчиками». Родители используют эту манипуляцию, если есть борьба за ребёнка и ему надо выбрать сторону либо папы, либо мамы.

**7. Не съешь кашу — будешь слабым и глупым…** У меня была знакомая девушка, которой с детства говорили: «Если ты не доешь хлебушек, то он будет бегать за тобой всю ночь». Как бы смешно это ни звучало, но она ужасно боялась хлеба, т. е. родители добились обратного эффекта. Подобные фразы — это тоже чистой воды манипуляции. Очень часто их используют бабушки и дедушки, которые сталкивались с голодом в детские годы. Дальше они передаются из поколения в поколение незаметно для нас. У ребёнка подобное выражение может развивать страхи или очень тяжёлые отношения с едой, её культ, лишний вес и т. д.

**8. Будешь себя плохо вести, мы тебя отдадим в… (например, интернат) …** Это очень конкретное послание, в котором говорится, что ребёнок ценен, только если он удобен своим родителям. Родитель транслирует своему чаду: «Не будь собой, ты должен быть таким, каким ты нас устраиваешь». Вырастая, такие дети не знают, чего они хотят, и пытаются угодить всем и каждому.

**9. Дома получишь!** Это про то, что родитель имеет право сделать с ребёнком всё, что угодно, не обращаясь к его чувствам. В одну секунду мама или папа превращаются в родителя-надзирателя, который карает или прощает. У детей, часто слышащих подобное выражение в свой адрес, непросто складываются отношения с начальством, поскольку родительская фигура как бы склеивается с фигурой начальника, и человек начинает бояться шефа и при этом хочет ему угодить, чтобы не быть наказанным. Но, как правило, руководство чувствует подобное отношение и в ответ начинает «гнобить» такого подчинённого.

**10. Уйди, чтобы я тебя не видела и не слышала…** Перевод: «Ты испортил мне жизнь, исчезни! Тебя не должно быть». И впоследствии такие дети живут с чувством глубокой вины перед родителем, за то, что он (ребёнок) мешал жить родителю счастливо. Надо быть острожными с подобными высказываниями, поскольку человек может нести их груз всю жизнь. Вообще, прежде чем что-то сказать своему ребёнку, нужно хорошо подумать.

Многие взрослые не слышат, что они говорят, им было бы полезно хотя бы иногда услышать себя со стороны. Сейчас существует много гаджетов, запишите свою речь и внимательно изучите, как вы обращаетесь к своему чаду, какие слова ему говорите. Уверяю, вы сделаете массу открытий и, возможно, не самых приятных.

Педагог-психолог, учитель-дефектолог

Копылова Татьяна Павловна