

## Что говорят родители и что слышат их дети

Мы говорим:	Ребенок слышит:	Скажите иначе:
«Осторожно — упадешь!» / «Не трогай собаку — укусит!»	«Мир опасен, лучше вообще ничего не делать».	«Позаботься о себе» / «Береги себя» / «Будь внимателен»
«Давай быстрее!» / «Поторопись!» / «Замолчи!» / «Стой!» / «Отвечай!»	«Ты не важен. Тебе придется поступиться своими желаниями ради моих».	«У меня 10 минут. Сколько тебе нужно времени?» (Попробуйте договориться).
«Не хнычь!» / «Не кричи!» / «Не смейся!» / «Не плачь!»	«Не выражай свои эмоции!»	«Ты, наверное, устал?» / «Ты чего-то испугался?» (Постарайтесь понять чувства ребенка).
«Ну сколько можно повторять?!»	«Ты дурак, ты неудачник!»	«Ты справишься, попробуй еще. Я могу помочь, если хочешь».
«Мальчики не должны бояться (плакать)» / «Девочка должна быть послушной»	«Мужчина не имеет права на чувства» / «Женщина всегда жертва»	«Ты расстроился» / «Ты рассердилась» / «Ты имеешь право это пережить»
«Как тебе не стыдно!»	«Ты плохой, с тобой что-то не в порядке»	«Все мы ошибаемся. Ошибка — это шаг вперед к умению и знаниям»
«Посмотри, как хорошо он (она) делает, а ты?»	«Ты хуже других»	«Я люблю тебя таким, какой ты есть!»