



## Общаясь с ребенком

### Избегайте фраз

**«Глаза б мои тебя не видели», «Горе ты мое!»**

**«Мне не нужен такой плохой мальчик»,**

**«Как ты мне надоел», «Какие тяжелые были роды!»**

Формируется чувство вины неизвестно за что. Чувство никчемности («Меня не за что любить и уважать», «Было бы лучше, если бы меня не было на свете»). Недоверчивость, безволие, покорность судьбе, неумение преодолевать препятствия, склонность к несчастным случаям, подозрительность, пессимизм. Возможно, ребенок потратит жизнь, чтобы доказать собственную значимость.

**«Весь в отца!» (в негативном смысле)**

Трудности в общении с родителями, неадекватная самооценка, упрямство, повторение проблемного поведения родителя.

**«Прекрати топтать!», «Не ори!», «Потерпи – пройдет»,**

**«Такой большой, а боишься!», «Не реви!»**

**«Мальчики не плачут!», «Как не стыдно плакать!»**

**«Не сахарный – не растаешь»**

Формируется запрет на эмоции гнева и страха, накопление негатива внутри, сдерживание эмоций, неумение их выпускать. Внутренняя озлобленность, тревожность, глубокое переживание даже незначительных проблем, страхи, повышенное эмоциональное напряжение, раздражительность, срывы. Психосоматические заболевания: аллергия, астма, необъяснимые боли, болезни горла и ушей.

**«Не умничай!», «Хватит рассуждать, делом занимайся»,**

**«Не твоего ума дело!», «Я старше и лучше знаю!», «Делай, как тебе говорят», «Подрастешь – поймешь»**

Формируются беспомощность и полное отсутствие идей, «пустота в голове» при решении проблем. Подсознательное недоверие к результатам своих размышлений («у меня не получится, я не смогу, не сумею, что обо мне скажут?»). Стремление «размыть» проблемы или заполнить внутреннюю пустоту при помощи развлечений, компьютерных игр, алкоголя, наркотиков. Необдуманные поступки, оставляющие чувство недоумения («и как я мог такое совершить?»). Реакции организма: головные боли, расстройства ЖКТ, утомляемость.

**«Никого не бойся, никому не уступай, давай сдачи!»**

Формируются отсутствие самоконтроля и поведенческой гибкости, ощущение вседозволенности, агрессивность. Трудности в общении с другими людьми.

### Говорите ребенку

«Счастье мое,

радость моя!»

«Как хорошо, что ты у

меня (нас) есть!»

«Что бы мы без тебя

делали!»

«Смотрю на тебя и

вспоминаю твоего

отца, когда мы любил

ли друг друга»

«Скажи мне на ушко,

давай пошепчемся»

«Поплачь, будет

легче...»

«Я рядом»

«Как ты думаешь?»

«Смелее, у тебя полу

чится»

«А почему ты так

решил?»

«В твоём возрасте

я тоже так думал.

Теперь думаю иначе,

потому что ...»

«Держи себя в руках,

уважай людей!»



## Мой ребенок от 0 до 18

«Шпаргалка» для родителей

*Вряд ли найдешь родителя, который желает страданий своему ребенку. Когда в семью приходят алкоголь и наркотики, это невыносимо трудно принять. Жизнь превращается в бег по кругу: растерянность, боль, обида, бесконечная вера в то, что всё наладится, что всё будет хорошо...*

*Как укрепить ресурс ребёнка перед соблазнами и опасностями современного мира? На что важно обратить внимание, чтобы ребёнок рос счастливым? Об этом наш буклет.*



Разработано специалистами отделения медицинской профилактики КГБУЗ «Красноярский краевой наркологический диспансер №1», т. (391) 221-96-27.

Выпущено за счёт средств

КГБУЗ «Красноярский краевой наркологический диспансер №1»

г. Красноярск, 2014 г.

Распространяется бесплатно.

СЕРИЯ  
«Уберечь ребёнка от наркотиков»



## Что важно знать о ключевых этапах психического развития ребенка

Возраст	Что формируется на этом этапе (новообразования возраста)	Через что формируется	Кем формируется и подкрепляется	Наиболее распространённые ошибки родителей	Последствия «сбоев» в психическом развитии ребенка
<b>Первый год</b>	<b>Доверие к окружающим людям</b> («Мир доброжелателен ко мне; я доверяю миру»)	Установление эмоциональных контактов и доверия к окружающему миру	<i>Мама</i>	Лишение ребёнка эмоционального и непосредственного физического контакта в воспитательных целях	Недоверие к окружающему миру и другим людям
<b>1-3 года</b>	<b>Автономия, начало формирования самооценки</b> («Я умею действовать самостоятельно; я доверяю себе»)	Активное познание окружающей среды, формирование веры в собственные силы, развитие чувства самостоятельности	<i>Мама, папа, другие члены семьи</i>	Ограничение возможности детского исследования мира, внушение страхов перед реальными и мнимыми опасностями	Пассивная позиция во взрослой жизни, недостаточная готовность рассчитывать на самого себя, зависимость от мнения окружающих
<b>3-6 лет</b>	<b>Инициатива, уверенность в себе</b> («Я учусь взаимодействовать»)	Овладение социальными ролями, шаблонами поведения; формирование чувства уверенности в себе и своих возможностях	<i>Мама, папа, другие члены семьи, специалисты дошкольных учреждений</i>	Навязывание моделей поведения без учёта психологических особенностей самого ребёнка	Во взрослой жизни в поведении часто использует манипулятивные формы.
<b>7-10 лет</b>	<b>Трудолюбие</b> («Я ответственный человек; я достоин одобрения»)	Развитие нового познавательного отношения к действительности. Овладение механизмом «хочу-могу-достигаю». Развитие личностной ответственности, трудолюбия и способности к самовыражению	<i>Педагоги, соседи, знакомые, родители</i>	Тотально контролируя школьную ситуацию ученика, родители «перетягивают» на себя сферу его ответственности	Не готовность брать на себя ответственность за развитие жизненной ситуации и во взрослом возрасте. Чувство неполноценности
<b>11-15 лет</b>	<b>Адекватная самооценка</b> («Я – думающий; я понимаю своё место среди других людей»)	Чувство взрослости, стремление к самостоятельности. Развитие критичности мышления. Экспериментирование с социальной позицией и статусом. Формирование самооценки	<i>Группа сверстников</i>	Авторитетное навязывание собственного мнения или способа действий. Неуважительное отношение к окружению ребёнка или к его «социальной» позиции в этом окружении	Неадекватная самооценка. Зависимость от чужого мнения и неумение самостоятельно анализировать ситуацию и избирать адекватный способ действия
<b>16 – 18 лет</b>	<b>Идентичность, профессиональное самоопределение</b> («Я понимаю себя; я ищу своё место в мире»)	Осознание ключевых моментов собственной картины мира. Формирование планов профессиональной и жизненной самореализации. Поиск ответа на вопрос «Кто Я? Каков Я? Каков мой дальнейший путь?»	<i>Группа сверстников</i>	Неуважительное отношение к внутреннему миру молодого человека. Навязывание собственного мировосприятия и представлений о жизненном успехе	Профессиональное и жизненное самоопределение не соответствует психологической сущности – живёт как бы «чужой жизнью»

**Примечание:** курсивом выделены наиболее значимые лица для каждого возрастного этапа.