**ЗАМЕТКИ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА**

**СЛОВА, КОТОРЫЕ НУЖНЫ ДЕТЯМ**

Слова — это инструменты, которые играют очень важную роль в воспитании. Они могут либо поднять дух ребенка, либо окончательно сломить его. Поэтому необходимо выбирать выражения, ведь то, что ребенок слышит изо дня в день, формирует его представление о себе и об окружающем мире.

Часто ли вы задумываетесь о том, какие фразы вы говорите ребенку и что они значат для него? Часто ли вы извиняетесь перед своим ребенком, если повели себя несправедливо по отношению к нему? А благодарите за самую элементарную помощь с его стороны?

Если бы родители видели процесс общения со своими детьми со стороны, то им стали бы понятны проблемы непонимания и раздражительности. С годами эти проблемы вырастают в непреодолимые психологические барьеры.
Важно понять, что взаимодействие родителей с ребенком является фундаментом для его дальнейшей жизни.

Вот фразы, которые [нужно обязательно говорить ребенку](https://letidor.ru/psihologiya/kakie-frazy-nelzya-govorit-rebenku-3-pouchitelnykh-video.htm), потому что в них вкладывается определенный смысл.

***«Я люблю тебя»***

Звучит как клише, но детям необходимо знать, что их любят. Не забывайте говорить им об этом каждый день.

***«Я тобой горжусь»***

Дети всегда нуждаются в поддержке. Если вы будете хвалить их даже за небольшие достижения, у них вырастут крылья. Ничто так сильно не придает уверенности, как то, что родители гордятся тобой.

***«Я счастлив(а), что ты есть в моей жизни»***

В мире, где все завязано на соперничестве, ребенок может чувствовать себя одиноким и ненужным. Обязательно давайте ему понять, что вы любите его просто так, не за какие-то там заслуги.

***«Помоги мне, пожалуйста»***

Обязательно включайте ребенка в домашние дела. Вы приучите его к труду и, самое главное, дадите ему почувствовать себя нужным вам.

***«Большое спасибо»***

Но после этого не забывайте сказать ему спасибо. Так вы воспитаете в нем вежливость и еще раз покажете, как важно для вас его участие.

***«Я доверяю тебе»***

Доверие — основа всех отношений, в том числе и ваших отношений с ребенком. И ваше чадо должно знать, что вы ему доверяете.

***«Я верю в тебя»***

Эта простая фраза имеет по-настоящему мотивирующую силу.

***«Все хорошо, ты всегда можешь попробовать еще раз»***

Ваш ребенок должен с самого раннего возраста понять, что провал — это не конец жизни. Не ругайте за ошибки, мотивируйте пробовать снова и снова, пока у него не получится.

***«Никогда не сдавайся»***

Этой фразой можно подбодрить ребенка, разрядить обстановку, произнеся фразу в возвышенном, слегка игривом тоне. Нужно подтолкнуть его искать выход из ситуации, тогда он обязательно научится ставить цели, определять приоритеты и получать результаты.

***«Мы учимся в процессе»***

Ваш ребенок должен понять, что трудности и ошибки - это нормально. Постарайтесь научить его не расстраиваться из-за небольших сложностей. Важно напоминать ему об этом не только в моменты поражений, но и перед важными, ответственными событиями и решениями в его жизни.

***«Каждый профессионал когда-то был учеником, как ты сейчас»***

Очень важно время от времени напоминать, что каждый непревзойденный в чем-либо человек не был таковым в начале своего жизненного пути.

***«Что ты сейчас чувствуешь?»***

Обязательно спрашивайте о его чувствах, ведь для ребенка выражать свои чувства необходимо.

***«Поражение - это не выбор»***

Говорите со своим ребенком о том, что значит эта фраза. Объясните, что он должен добиваться своего, любой опыт воспринимать как урок и видеть в этом не поражение, а новые возможности и новые стратегии.

Поражение не может быть выбором. Выбор - это учиться, расти, отпускать то, что мы переросли, любить себя за настойчивость и верить в свои силы.

***«Ты должен учиться на каждом синяке и каждой ссадине»***

Каждый раз, когда ваш ребенок делает что-то не так, попадает в неприятную ситуацию, спрашивайте его, чему он научился на этом опыте. Поговорите с ним об этом, объясните, что мы все учимся на своих ошибках, проколах, синяках и ссадинах. Научите его делать выводы из каждой ситуации.

***«Тебе нечего бояться»***

Крайне важно растить ребенка в атмосфере любви и заботы, чтобы он чувствовал себя в безопасности. Это позитивно влияет на его самооценку, помогает ему стать сильнее и храбрее.

***«Я поддерживаю тебя!»***

После того, как вы выслушаете своего ребенка, проявите заинтересованность в его идеях и планах. Если он поделился ими, значит, ему важна ваша поддержка. Только так можно построить отношения, полные доверия и взаимопонимания.

***«Ошибки – это нормально!»***

Мы все учимся тогда, когда действуем. Объясняйте, что не нужно расстраиваться из-за некоторых ошибок, их можно исправить. Отлично будет, если вы приведете свой личный пример, когда вы в его возрасте тоже ошибались. Но напоминайте это не в минуты поражения, а когда предстоит подготовка к важному событию. Ребёнок со временем поймёт, что каждый успешный человек делал ошибки. Они помогают воспитать настойчивость, терпение, старательность и другие важные качества.

***«Какой же ты внимательный!»***

Слова поддержки очень важны. Именно эти слова ждут дети от своих родителей. Но фразы этого порядка должны быть искренними. Дети чувствуют фальшь, поэтому не стоит заигрывать и льстить им.