

Секреты развития ребенка

Педагог-психолог. Попова Н.П.

Родительские директивы- это скрытые послания, которые передают родители своим детям через слова, тон голоса, поступки и эмоции. Они влияют на детей гораздо сильнее, чем кажется на первый взгляд, формируя их отношение к себе и другим людям. Как именно директивы воздействуют на нашу жизнь?

1. «Не живи!»

Эта директива звучит, как запрет на существование. Она передается через постоянные замечания вроде «Что ты натворил?» «Глаза бы мои тебя не видели», «Сколько проблем и тревог ты мне принес!» и т.д. Ребенок, который слышит подобные высказывания, растет с ощущением, что его присутствие нежелательно. Во взрослой жизни это может привести к депрессии, чувству вины и низкой самооценке.

2. «Не думай!»

Выражается в требованиях не рассуждать, а делать «что приказано». Ребенок получает эту директиву, когда его мысли и идеи постоянно отвергаются или высмеиваются. Фразы типа: «Не умничай!», «Не лезь туда, где ничего не понимаешь!» и т.д. заставляют ребенка сомневаться в своем уме и интуиции. Взрослый человек, получивший такую установку, боится брать ответственность за свои решения и полагается на мнение окружающих.

3. «Не будь собой!»

Директива, которая заставляет ребенка подавлять свои истинные желания и чувства. Родители могут говорить: «Ты должен быть таким-то и таким-то. «Почему ты не такой, как твой брат/ сестра?» или «Хватит вести себя, как ребенок!» В результате человек теряет связь с самим собой, становится конформистом, боится выделяться и быть особенным.

4. «Не чувствуй!»

Дети получают эту директиву, когда их эмоции игнорируются или осуждаются. Например, когда родители говорят: «Мужчины не

плачут!», «Перестань ныть!», или «Успокойся уже!» «Как тебе не стыдно бояться собаку, она же не кусается!

Человек, выросший с этой установкой, учится подавлять свои чувства, что может привести к эмоциональной закрытости и проблемам в отношениях.

5. «Не достигай успеха!»

Эта директива проявляется в завуалированных пожеланиях неудачи. Например, когда родители говорят: «Зачем тебе это все нужно? Все равно ничего не получится!» «Ты опять провалишься!», «Ну кто ты такой, чтобы добиваться успеха?»

Взрослый человек с такой установкой боится рисковать, стремится избегать любых сложностей и довольствуется малым.

6. «Не будь близким!»

Детям внушают эту директиву, когда их привязанность к родителям наказывается или отвергается. Фразы вроде : «Отстань от меня!», «Не мешайся под ногами!» или «Ты надоел!» учат ребенка держаться подальше от людей, чтобы избежать боли. Во взрослом возрасте это может проявляться в трудностях с формированием близких отношений и страхе перед эмоциональной открытостью.

Родительские директивы — это мощный инструмент формирования личности. Помните об этом и старайтесь избегать негативных фраз в общении с вашим ребенком.