

## «Если вы родители – Ласкатели, хвалители...»

### *Фразы, помогающие найти контакт с ребёнком*



Некоторые родители говорят: *«Понимаете, особенно много добрых слов в детстве никто не говорил.. Это как-то непривычно. И мне сложно что-то придумывать каждый раз. Просто не знаю, что говорить, чтобы выразить ребёнку свою поддержку и свою веру в него».*

Чтобы Вам было проще, психолог Екатерина Кес составила для Вас список фраз, которые вы можете использовать при общении с Вашим ребёнком, а также распечатать и дать тем взрослым, кто принимает участие в воспитании ребёнка.

**Эти фразы можно и нужно говорить не только маленьким детям, но обязательно школьникам и подросткам.**

**Обязательно! Это не хвалебные фразы. Это фразы, которые помогают ребёнку ощутить Вашу поддержку и Вашу веру в него, дают ему почувствовать, что вы его любите, понимаете, принимаете. Что рядом с ним Вам хорошо. Что с ним всё в порядке.**

**Это фразы, которые вдохновляют и поддерживают Вашего ребенка. Применяйте их в ежедневном общении с ним. Это поможет Вам построить более гармоничные отношения с ребенком!**

#### **ОПИШИТЕ, ЧТО ВЫ ВИДИТЕ:**

Вот это да! Комната чистая!

Ух ты! Постель застелена!

Вот это да! Книжки ровно лежат на полке!

Я вижу, тебе очень нравится рисовать.

Какие яркие краски ты используешь!

Я вижу, что ты очень постарался!

Я вижу, ты сам выбрал себе одежду!

Я вижу, как аккуратно ты сложил свою пижамку.

Я вижу, что ты сам убрал со стола!

#### **ОПИШИТЕ, ЧТО ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ:**

Мне так приятно заходить в такую чистую комнату.

Я очень люблю заниматься и играть с тобой.

Когда смотрю на яркие шарики на твоём рисунке, мне так радостно.

Я так рада, когда ты дома.

Я чувствую, что мы с тобой как одна команда.

Мне очень приятно, когда ты так говоришь.

Я так счастлива, что ты у нас есть.

Мне очень приятно, когда ты мне помогаешь.

#### **ПОКАЖИТЕ ВЕРУ В РЕБЁНКА:**

Я тебе доверяю.

Я в тебя верю.

Я уважаю твоё решение.

Это непросто, но у тебя обязательно получится.

У тебя всё получается, если ты только захочешь.  
Ты всё верно делаешь.  
Ты всё правильно понимаешь.  
Как у тебя это получилось?  
Научи меня, как это у тебя получается.  
Ты делаешь это лучше чем я.  
У тебя получается это лучше чем у меня.

**ПОБЛАГОДАРИТЕ ЗА ВРЕМЯ, ПРОВЕДЁННОЕ ВМЕСТЕ:**  
Я очень ценю время, которое мы с тобой проводим вместе.  
Я с нетерпением жду, когда мы сможем снова поиграть завтра.  
С тобой очень интересно.  
Мне очень понравилось, как мы поиграли.  
Я рада, что ты дома.  
С тобой очень интересно и приятно играть.

**ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА УСИЛИЯХ И СТАРАНИЯХ**  
Как ты стараешься!  
Я вижу, ты очень много труда вложил в это.  
Я вижу, как сильно ты старался.  
Ты так потрудился над этим, и вот как здорово получилось!  
Получается очень здорово.  
Могу представить, сколько времени на это ушло!  
Представляю, как долго ты старался, чтобы это получилось!  
Сколько же пришлось придумывать, чтобы такое получилось!  
Твои труды привели к хорошему результату!

**БЛАГОДАРИТЕ ЗА ПОМОЩЬ И ВКЛАД**  
Спасибо больше тебе за то, что ты... (за конкретное дело).  
Спасибо за то, что ты сделал.  
Спасибо большое за твою помощь.  
Спасибо за твоё понимание.  
Это очень большая помощь для меня, спасибо.  
Ты мне так хорошо помогаешь!  
Благодаря тебе я всё закончила быстрее.  
Благодаря тебе у нас теперь так чисто.  
Благодаря тебе вещи теперь не раскиданы по полу.

**ПОМОГАЕМ РЕБЕНКУ САМОМУ ОЦЕНИТЬ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ**  
Что ты сам думаешь об этом?  
Представляю, как тебе самому приятно!  
Что тебе здесь самому больше всего нравится?  
А как ты сам думаешь?  
А что ты сам думаешь об этом?  
А как тебе самому кажется?  
А тебе самому как бы хотелось?

Екатерина Кес <http://ipsycholog.ru>

**Источник: Академия родительского образования  
aro-perm.ru**



**Академия  
родительского образования**

