



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 недоуменения («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 любили друг друга»
 «Скажи мне на ушко, давай пошепчемся»
 «Поплачь, будет легче...»
 «Я рядом»

«Как ты думаешь?»
 «Смелее, у тебя получится»
 «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
Первый год	Доверие к окружающим людям («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
1-3 года	Автономия, начало формирования самооценки («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
3-6 лет	Инициатива, уверенность в себе («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.
7-10 лет	Трудолюбие («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
11-15 лет	Адекватная самооценка («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
16 – 18 лет	Идентичность, профессиональное самоопределение («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.