

**Филиал №3 «Весёлые ребята» МБДОУ  
детского сада №71 г. Пензы**

**Консультация для родителей:**

## **"Опасные слова или родительские директивы"**



**Подготовила воспитатель  
Козина Наталья Васильевна**

**Пенза, Март 2024 год**

Мало кто задумывается над тем, какие изменения психики малыша способны вызвать некоторые родительские фразы: *«Горе ты мое!»*, *«Глаза бы мои тебя не видели!»*, *«За что мне такое наказание!»*, *«Пора бы уж стать самостоятельным, что ты ведешь себя как маленький!»*, *«Неумеха!»*, *«Лентяй!»*.

Продолжать можно еще долго, перечень обвиняющих фраз очень велик.

Человек рано или поздно привыкает ко всему, и с возрастом перестает принимать всерьез что-то сказанное в приступе родительского гнева. Пусть со временем все нотации потихоньку забываются, но для детского подсознания ни одна из них не проходит бесследно.

Первооткрывателями этого прискорбного явления считаются американские психологи Роберт и Мери Гоулдинг, которые назвали скрытые негативные послания «родительскими директивами». На самом деле таких директив много, но существует двенадцать основных типов.

**Вот эти директивы:**

1. "Не живи";
2. "Не будь ребенком";
3. "Не расти";
4. "Не думай";
5. "Не чувствуй";
6. "Не достигай успеха";
7. "Не будь лидером";
8. "Не принадлежи";
9. "Не будь близким";
10. "Не делай";
11. "Не будь самим собой";
12. "Не чувствуй себя хорошо".

### ***Первая, и самая жесткая директива – «НЕ ЖИВИ»***

- "Глаза бы мои на тебя не глядели".
- "Чтоб ты провалился(ась)".
- "Мне не нужен такой плохой мальчик (девочка)".
- "Не хочу видеть такого непослушного ребенка".
- "Сколько тревог и волнений я пережила с тех пор, как ты появился(ась) на свет".
- "Как я переживала, когда ты в детстве болел(а)".
- "Не хочу слышать, как ты плачешь".
- "И слышать об этом не желаю".
- "Я не сделала карьеру (не вышла замуж), т.к. все силы отдала тебе".

Что «слышит» ребенок, когда ему говорят «Уйди с глаз моих, одни проблемы с тобой»? Дети все воспринимают буквально, и он бессознательно решает:

«Мама не хочет меня видеть. Лучше бы я умер, это избавит от всех проблем». Как можно умереть, ребенок еще не знает, но мамино приказание нужно выполнять (ведь мама большая, и знает, как правильно). Поэтому для него выходом из сложной ситуации могут стать частые травмы, которые с ним происходят «случайно». Вот откуда берутся постоянно рваные штаны и разбитые детские коленки, а также ссадины и царапины. Что уж говорить о вывихах и переломах? Так как звучит этот приказ для ребенка в течение всей жизни, то повзрослев, он будет находить и другие способы бессознательного саморазрушения (алкогольная и наркотическая зависимость).

Ребенок так терзается своей непонятной виной перед родителями, что не может сделать ни одного шага в сторону без их руководящих указаний. Став взрослым, он так и не может реализовать свои способности в разных сферах жизни. Потому что привык думать в детстве «Без мамы я – ничто». Он совершенно беспомощен и не способен справиться с трудностями сам, так как мама с ее наставлениями дышит ему в затылок.

## ***Вторая директива – «НЕ БУДЬ РЕБЕНКОМ»***

- "Что ты себя ведешь как маленький(ая)".
- "Пора бы тебе стать самостоятельнее".
- "Перестань ребячиться".
- "Ну когда ты наконец повзрослеешь!".
- "Ты уже не ребенок, чтобы капризничать".
- "Не притворяйся маленьким(ой) (глупым(ой))".

В этой директиве состояние "детскости" обозначается как плохое, постыдное, а состояние "взрослости" – как хорошее и достойное похвалы. Директива эта чаще всего достается детям, единственным в семье, либо старшим среди братьев и сестер.

Человек, получивший от родителей этот приказ, в детстве все время пытается «подрости». А, став взрослым, никак не может научиться полноценно отдыхать и расслабляться, так как чувствует вину за свои «детские» желания и потребности.

## ***Третья директива – «НЕ РАСТИ»***

- "Не торопись взрослеть".
- "Я в твоём возрасте ещё в куклы играл(а)".
- "Ты ещё мал(а), чтобы...".
- "Ты считаешь себя слишком взрослым(ой)".
- "Детство – самое счастливое время жизни".
- "Ты ещё мала, чтобы краситься".

Ребенок решает, что родители не будут его любить, если он подрастет. «Ладно, я останусь маленьким и беспомощным, если этого так хочет мама». Это решение часто проявляется потом в голосе, манерах поведения, движениях. Такой человек действительно кажется совсем маленьким. Он не умеет поддерживать отношения с теми, кто ему нравится («мама это не одобрит»). Боится заниматься любимым делом, завести собственную семью.

Словом, ребенок, получивший директиву «не расти», так никогда и не вырастет, отдавая свою взрослую жизнь родителям.

#### ***Четвертая директива – «НЕ ДУМАЙ»***

- "Вырастешь – поймешь".
- "Не умничай".
- "Много будешь знать – скоро состаришься".
- "Не рассуждай, а делай, что тебе говорят".
- "Ты что, думаешь, что ты самый(ая) умный(ая)".
- "Не думай об этом, отвлекись (травматическая ситуация)".
- "Много думать вредно".

Те, кто получил такую директиву, часто испытывают мучительное чувство «пустоты в голове», когда им надо решить какую-то проблему, их преследуют головные боли, делающие сам процесс мышления невозможным, испытывают недоверие к результатам своего умственного труда, часто совершают необдуманные поступки, оставляющие у них чувство недоумения: «Как я мог такое совершить?».

#### ***Пятая директива – «НЕ ЧУВСТВУЙ»***

- "Как тебе не стыдно бояться (собаку, темноты, домового, бабы Яги...)".
- "Как ты смеешь злиться на маму (бабушку), она же...".
- "Ешь все, что тебе дают, тарелка должна быть чистой".
- "Не сахарный(ая) – не растаешь".
- "Мне тоже холодно, но я же терплю".

Ребенок думает, что показывать эмоции – это плохо, чувствовать – нельзя. И перестает чувствовать. В силу своей низкой чувствительности такие люди нередко могут оказаться жертвами несчастного случая, склонны «запускать» болезни.

Взрослые, несущие в себе директиву запрета физических ощущений, часто страдают психосоматическими заболеваниями.

### ***Шестая директива – «НЕ ДОСТИГАЙ УСПЕХА»***

- "У тебя не получится, давай я сама сделаю".
- "У тебя руки, как крюки (не из того места растут; не тем концом приделаны)".
- "Я в молодости не могла себе позволить хорошо одеваться, так пусть моя дочь (сын) выглядит хорошо".
- "У меня в твоём возрасте всего этого не было".

Ребенок под влиянием этой директивы обычно хорошо учится в школе и старательно выполняет все задания, однако в критический момент экзаменов «почему-то» заболевает или не может решить задачу.

Став взрослым, такой человек с отчаянием замечает, что его как бы преследует злой рок. Все, во что он вкладывает свои силы, неожиданно «лопается» по не зависящим от него обстоятельствам. Он никак не может завершить начатое.

### ***Седьмая директива – «НЕ БУДЬ ЛИДЕРОМ»***

- "Делай (будь) как все".
- "Не высывайся".
- "Не выделяйся".
- "Не будь белой вороной".
- "Ты что, лучше всех (тебе больше всех надо)".

Выросшие дети, получив эту директиву пожизненно ходят в подчиненных как на работе, так и дома. И даже если они достигают какого-то положения в обществе, то все равно не в состоянии взять на себя ответственность в той или иной ситуации.

***Восьмая директива – «НЕ ПРИНАДЛЕЖИ»***

- "Ты – моя единственная опора".
- "Что бы я без тебя делал(а)?"
- "Я понимаю, твой друг сделал глупость, но ты-то как мог(ла) такое совершить?".
- "Ты же у меня особенный(ая), не такой(ая), как все".
- "Я от тебя я этого не ожидал(а)".

Смысл этой директивы можно расшифровать таким образом: «Непринадлежи никому, кроме меня, ведь ты – исключительный».

