

## **Запоминайте самые вредные на свете советы.**

### **«Тыкайте» ребенку**

Используйте «ты-конструкции» вместо «я-конструкций». Например, «ты опять получил двойку» вместо «я расстроена из-за твоей двойки». «Ты снова сильно опоздала!» вместо «Мне не нравятся твои опоздания». Разницу чувствуете? «Тыкать» ребенка носом в его промахи — безотказный способ унижить и оскорбить, прикрываясь лучшими побуждениями.

### **Критикуйте**

За все и всегда. Предпочтительнее прилюдно. При друзьях, одноклассниках, членах семьи, соседях. Чадо вас возненавидит, а заодно и себя. Не исключено, что ребенок захочет доказать, что он «не такой». И отмочит что-то покруче.

### **Отрицайте значение внешности**

Убедите, что наружность — не главное в жизни. Не забывайте время от времени повторять вашему ребенку, что у него длинный нос, кривые зубы, крысиные хвостики вместо густых волос. Особенно

полезно так зомбировать девочек. Когда дочка вырастет в страшенькую и неухоженную женщину, снова появится повод критиковать ее. Кстати, мальчиков это тоже касается.

### **Сравнивайте с другими**

Безжалостно и по любому поводу. «Посмотри на Васины рисунки, неужели трудно сделать так же?», «Вот у Юли идеальный слух, а ты...», «Сам-то понимаешь, что по уму тебе далеко до сестры?». Вариантов для сравнения масса, повод тоже всегда найдется. Главное, ни в коем случае не сравнивайте ребенка с собою. Так он может заподозрить, что не так уж он и плох.

### **Замалчивайте успехи и достижения**

Принимайте их как само собой разумеющееся. Ребенок же вам должен и обязан. Не мешает испортить его радость пожеланием «в следующий раз» сделать лучше, выступить успешнее и так далее.

### **Заставляйте все делать на пять**

Воспитывайте перфекциониста. Четвёрка — плохо. Второе место — скверно. Когда ребенок повзрослеет,

то обязательно обратится к психотерапевту. Самому не справиться с нервным срывом из-за не случившегося повышения на работе.

### **Затыкайте ребенку рот**

Не давайте вставить ни слова, не оставляйте шанса объяснить, извиниться. Прекрасный вариант — не дослушивать до конца, что он вам говорит. Перебивайте. Заканчивайте за него мысль. Все это вкупе лишит ребенка желания хоть что-то вам доверить. Да и мысли не научит выражать. Не говоря уже об инициативе.

### **Убедите, что инициатива наказуема**

Если вы не уследили, ребенок сделал по-своему и ошибся, появляется шанс полностью лишить его предприимчивости и уверенности в себе! Постоянно напоминайте ему о сделанной ошибке, травите выражениями типа «я же тебе говорил», «не умеешь — не лезь» и так далее. Поверьте, в другой раз ребенок отсидится в сторонке и ничего не натворит. Он вообще больше ничего не захочет. Лишь бы вас не расстраивать.

### **Навязывайте свой алгоритм действий**

«Делай, как я говорю», «Я лучше знаю, как надо». У вас не будет проблем с выполнением этого пункта, если ребенок уже уяснил, что проявлять инициативу невыгодно.

### **Говорите одно, а подразумевайте другое**

«Ну ты молодец, ну порадовал родителей, мы тобой гордимся» — когда ребенок натворил что-то ужасное. Используйте ироничную интонацию чаще. Будьте циничны и неискренни. Особенно хорошо иронизировать, когда ребёнок чистосердечно извиняется перед вами или открывает душу.

### **Не выполняйте обязательств**

Следуйте этому правилу как в ситуациях с наказанием, так и с поощрением. Пригрозили сыну лишиться компьютерных игр, если не приберется в комнате? Но ведь он пятерку получил за контрольную. Ладно уж, играй.

Пообещали дочке вместе покататься на коньках в субботу? А в субботу вам вдруг стало неохота. Вот и не ходите. Только дочке ничего не

объясняйте и тем более не извиняйтесь за срыв планов. Подумаешь, ерунда какая. Подобное поведение родителей здорово сбивает с толку ребенка. Он не знает, чего от вас ждать. Лишается ориентиров.

### **Манипулируйте чувством вины**

«Я тебя родила, кормила-поила, а ты...», «И это твоя благодарность за сегодняшние подарки?», «Отец для тебя все делает, а ты...». Вариантов для манипуляций масса! Ребенок должен понять, что обязан вам всем и на веки вечные.

### **Орите**

Крик великолепно снимает напряжение. Особенно когда кричишь на того, кто не умеет или не смеет тебе ответить. Срывайте на ребенке свою злость, неудачи, плохое самочувствие, невыспанность, похмелье. Ребенок будет вас бояться. Заодно привьете ему основы общения.

### **Бейте**

Сложно найти способ эффективнее, чтобы убить в ребенке не только самооценку, но и вообще все прекрасное, что есть в человеке.



## **14 способов убить самооценку вашего ребенка**

