

Случается, что кроме «молодец, хорошо» сказать своему ребенку больше и нечего, чтобы выразить свою поддержку и веру в него. А надо! Ведь такие слова дают ему почувствовать, что вы его любите, понимаете и принимаете. Детский и семейный психолог Екатерина Кес составила список фраз, которые вы можете использовать при общении с вашим ребенком.

### *Покажите веру в ребенка*

- «Я тебе доверяю».
- «Я в тебя верю».
- «Я уважаю твое решение».
- «Это непросто, но у тебя обязательно получится».
- «Ты все верно делаешь».
- «Ты все 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».

### *Обратите внимание на усилия и старания*

- «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!»
- Поблагодарите за время, проведенное 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».

### *Помогите ему 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?»

### *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 твое понимание».
- «Это очень большая помощь для меня, спасибо».
- «Ты мне так хорошо помогаешь!»
- «Благодаря тебе я все закончила быстрее».
- «Благодаря тебе у нас теперь так чисто».

*Опишите, что видите*

- «Вот это да! Комната чистая!»
- «Ух ты! Постель застелена!»
- «Какие яркие краски ты используешь!»
- «Я вижу, что ты очень постарался!»
- «Я вижу, что ты сам убрал со стола!»

*Опишите, что чувствуете*

- «Я очень люблю заниматься и играть с тобой».
- «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».