Взаимное общение матери и ребенка считают одними из самых невероятных отношений и жизнь показывает, что сила материнской любви способна творить чудеса. Один из главных механизмов, которые действуют безотказно на здоровье ребенка, слова, с которыми мама обращается к своему ребенку. Ведь растущее дитя — будто губка, впитывающая в себя все. Злые слова способны осесть в глубине, а боль, укоренившись, отравит маленькому человечку будущее, а добрые слова любящих людей могут исцелить и придать сил. И мама, как самый близкий и родной человек может творить чудеса.

Проводили такой эксперимент:
После того, как ребенок уснул, мамы болеющих ребятишек дожидались активной фазы сна – это где-то минут через пятнадцать. А потом говорили ребенку простые слова: «Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ. Я ГОРЖУСЬ ТОБОЙ. Я ОЧЕНЬ РАДА, ЧТО ТЫ МОЙ РЕБЕНОК. ТЫ САМЫЙ ЛУЧШИЙ РЕБЕНОК ДЛЯ МЕНЯ».
Текст примерно такой – для всех одинаковый.
И сравнивали этих ребятишек с другими – с аналогичными диагнозами, но мамы которых ничего им не нашептывали в ночи. Малыши, получающие мамины ночные признания в любви, выздоравливали гораздо быстрее. Вот такая материнская магия.
Что это дает?

Ощущение близости с каждым из детей.
Это ни с чем не сравнимое ощущение. Сколько бы им ни было лет, в момент сна они похожи на маленьких ангелов. Днем их бывает не так просто обнять или подержать на руках — у них уже столько дел!  Индивидуальное время для каждого.
В потоке дней не всегда можно уделить каждому персональное время. Но быть вместе нужно, одной командой. Играть, общаться, кушать – все вместе. И в этот момент каждый из них – особенный. Поэтому каждому нужно говорить разные слова. Исходя из того, что сейчас хочется и нужно сказать именно этому малышу.
 Сказать нечто важно, что днем может быть не услышано. Дни бывают разные. Иногда от обилия информации малыши могут вести себя не очень хорошо, и это усложняет наше общение. Но когда я ночью шепнуть им на ушко о том, как их любят, все это остается в прошлом. Ссоры, непонимания, обиды.
Ребенок чувствует любовь.
Пример из жизни: одна мама прочла в журнале, что ребенку стоит сказать фразу «А ты знаешь, что если бы могли выбрать, то из всех детей мира мы бы выбрали тебя». Когда она впервые сказала это сыну, он был в восторге и удивлении одновременно. Он ходил и повторял: «Что, правда меня???». Понятно, что детям очень важно чувствовать, что они особенные, что они важны и нужны, именно такие, какие они есть. И эта фраза наряду с «А я тебе сегодня говорила, что я тебя люблю?» должна прочно обосноваться в семейной жизни.
 Постоянно говорить важные фразы.
В расстановочной терапии есть такое понятие как «разрешающие фразы» — фразы, которые мы говорим во время расстановки, и они меняют мироощущение людей, лечат их души. Слова обычно простые – о любви, принятии, сожалении. Так вот обнаружено, что если важные фразы говорить своим детям ночью, то многие проблемы решаются сами. Например, с иерархией в семье. Какие фразы бывают и какие стоит говорить.
 «Ты самый лучший ребенок для меня».

Здесь можно добавить еще очередность ребенка. Ведь может быть, например, не один ребенок– а целых три. И каждый из них хорош на своем месте.
 «Ты именно тот ребенок, который нужен нам».

Это помогает ребенку чувствовать свою ценность, свою «хорошесть». Особенно рекомендуют фразу тем, кто постоянно своего ребенка сравнивает с другими – не в его пользу.
 «Тебе не нужно ничего для меня делать, я люблю тебя за то, что ты есть».

Многие возмутятся. Но фраза не о том, что ты можешь не мыть посуду. А скорее о том, что ради меня ты не должен ворочать горы.
 «Я очень рада, что ты есть».

Особенно помогает тем, для кого ребенок был не очень желанным.
 «Мы с папой тебя очень любим, ты наш ребенок»

Ключевое слово здесь «наш». Помогает, если у вас есть тенденция детей перетягивать, втягивать и делить.
 «Мне очень жаль»

 Фраза подходит, если в течение дня вы поругались, не было понимания, наказывали, срывались. Не стоит умолять о прощении – это нарушает иерархию. А вот извиниться – и сказать, что вам очень жаль, стоит.
 «Я горжусь тобой».

Особенно помогает, когда вы пытаетесь из ребенка сделать того, кем он не является – и кем возможно, никогда не будет. Помогает и для тех детей, которые очень отличаются от других – особых, например.
 «Я люблю тебя».

Три волшебных слова от всего. Если в них вложено это чувство. То есть если вы произносите не машинально какие-то слоги и буквы, а со всем сердцем выдыхаете признание в любви.

**Как выбрать фразы?**

Можно и нужно пробовать разные. И вы поймете, какие для вас и ребенка сейчас важны и нужны. Например, после той фразы, которая очень важна сегодня, происходит – сам по себе – глубокий выдох. Что-то расслабляется внутри.

То же самое с ребенком. Когда ему важно что-то сейчас услышать, например, о том, что вы им гордитесь, он выдыхает и расслабляется. Просто понаблюдайте. Иногда такие знаки не сразу заметны, иногда они не такие яркие. Но критерий обычно один – некое расслабление. На произнесение волшебных фраз нужно настроиться. Нельзя делать это механически. Важно подойти к процессу с душой, а не на бегу. Мол, сейчас три минуты повторю по бумажке, и все станет хорошо. Самая сложная работа происходит внутри. Чтобы слова были магическими, их этой магией нужно заряжать. А заряд, нужный нашим детям, находится в нашем сердце.

Сеанс не должен быть долгим. Это всего лишь три-пять минут. Но очень эмоционально насыщенные пять минут. Важно делать это регулярно и по чуть-чуть. Маленькими шагами. А не пытаться один раз за неделю нашептать три часа любви. Мы же едим каждый день по нескольку раз, а не делаем это только в воскресенье, верно?

И кроме того, не забывайте говорить такие фразы и днем, между делом, безо всякого повода. Обнимать их просто так, если проходили мимо. Чмокнуть затылок, который сидит рядышком. Это то, что дети запомнят на всю жизнь. И скорее всего, именно это они и будут вспоминать.

Нельзя недооценивать силу слов матери. Для того, чтобы признать это, вспомните, какие слова вашей мамы вы помните и сейчас, спустя тридцать, сорок лет. И какие из них были для вас важными. Эта магия доступна вам всегда, не стоит денег, для этого не нужно ничего особенного. Просто дождаться, когда ваш малыш будет сладко сопеть – и прошептать ему что-то важное на ушко.

«Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ. Я ГОРЖУСЬ ТОБОЙ. ТЫ САМЫЙ ЛУЧШИЙ РЕБЕНОК ДЛЯ НАС С ПАПОЙ».

**Что может быть проще и волшебнее, чем такие слова, сказанные сердцем любящих родителей?**

****

Уважаемые родители!

Специалисты СПЦ г.Мозыря готовы оказать вам и вашим детям квалифицированную помощь в решении многих жизненных трудностей.

На ваши вопросы

мы ответим

Сайт :www.spc-mozyr.guo.by

**Успехов Вам в воспитании Ваших детей!**

***Государственное учреждение образования***

***«Мозырский районный социально-педагогический центр»***



**«Детям нужен пример для подражания,**

**а не критика»**

Жозеф Жубер

**«12 волшебных фраз ребенку»**



247760, Республика Беларусь

Гомельская область

город Мозырь

ул. В. Хоружей, 3

тел.: 8 (0236) 36-83-07

***Отдел поддержки семей, принявших на воспитание детей сирот, детей, оставшихся без попечения родителей***