

### **Обука<sup>1</sup>:**

Во продолжение, се прикажани различни примери на деструктивни пораки. Внимавајте на вашето комуникативно однесување секој ден, цела недела. Секој пат кога користите еден од следниве изрази кога разговарате со вашето дете, нацртајте линија веднаш зад оваа реченица.

#### **Командување, наредување**

- Мора да...
- Ајде, подготви се...
- Кажи здраво...
- Биди мирен/мирна...

#### **Укорување, опомена, заканување**

- Ти секогаш правиш...
- Никогаш не правиш...
- Ако не..., тогаш...
- Кога конечно...
- Колку пати морам да ти кажам дека...

#### **Проповедање**

- Ќе бевме толку горди на тебе, но сега сме разочарани, затоа што не...
- Мама е навистина тажна затоа што си толку гнасен/гнасна.
- Има илјадници гладни деца кои би сакале да го јадат ова.
- Еднаш лажго, секогаш лажго...

#### **Давање совети и споредување**

- Да бев на твое место, ќе ...
- Родителите на другите деца би...
- Твојата сестра секогаш ја средува својата соба...
- Сите се согласуваат на ова. Но ти ...