

Pregătire¹:

În cele ce urmează, se prezintă diferite exemple de mesaje distructive. Observați-vă comportamentul zilnic în comunicarea cu copilul dvs., timp de o săptămână. De fiecare dată când utilizați una dintre următoarele expresii, trageți câte o linie chiar după această frază.

Porunci, ordine

- Trebuie să...
- Haide, fii gata...
- Spune bună ziua...
- Poartă-te frumos...

Mustrare, dojană, amenințări

- Mereu faci...
- Niciodată nu faci...
- Dacă nu..., atunci...
- Când o să faci vreodată...
- De câte ori trebuie să-ți spun...

Morală

- Am fi fost așa mândri de tine, dar acum suntem dezamăgiți, fiindcă nu ai...
- Mami e foarte tristă fiindcă ești așa de obraznic.
- Sunt mii de copii care rabdă de foame și ar vrea să mănânce asta.
- O dată mincinos, mereu mincinos...

Sfaturi și comparații

- Dacă aș fi în locul tău, eu aș...
- Părinții altor copii ar...
- Sora ta își face mereu ordine în cameră.
- Toată lumea crede asta. Dar tu...