****

***ФРАЗА*** - Потише, помедленней, осторожней

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ***- Не доверяй миру, не живи по максимуму

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Сделай на 100%, получи удовольствие

***ФРАЗА*** - Я тебя прибью, пропади ты пропадом, лучше б я аборт сделала

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Исчезни! не будь!

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Все подобное категорически должно быть исключено из речи!!!

***ФРАЗА* -** Не обращай внимания, подумаешь!

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ***- Ты и твои проблемы не важны

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАЬТВА*** - Давай попробуем рассмотреть это с разных сторон, поищем альтернативы

***ФРАЗА*** - Давай шевелись! Скорей! Заткнись! И другие приказы

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Ты не важен. Мои интересы важнее твоих

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА***- У нас есть 15 минут. Давай договоримся, как нам сделать, чтоб успеть?

***ФРАЗА*** - Ты для меня всегда останешься маленьким сыночком/доченькой

***CКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ***- Не взрослей!

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Мне нравится видеть, как ты растешь и познаешь мир.

***ФРАЗА*** - Не реви, не смейся так громко, не хнычь!

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Не выражай своих эмоций!

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Я понимаю твои чувства.

***ФРАЗА* -** Что ты, как маленький, надо быть серьезней!

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Не будь ребенком!

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Но он же на самом деле ребенок! Исключите такие высказывания!

***ФРАЗА*** - Сколько можно тебе повторять! Никогда не можешь сделать, запомнить и т.д.

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Ты глупый, не можешь ничего сделать сам. Ты – плохой, неудачник

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Я доверяю тебе. Твои поступки – это твоя ответственность. Все мы ошибаемся. Благодаря ошибкам мы учимся.

***ФРАЗА*** - Не делай, я сама лучше это сделаю

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Я не верю в тебя!

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - - Я тебе доверяю, я верю, что ты можешь

***ФРАЗА*** - Мальчики не плачут Девочки должны вести себя тихо.

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Мужчина не имеет право на эмоции Женщины - жертвы.

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Ты можешь свободно выражать свои чувства. Я понимаю тебя.

***ФРАЗА***- упадешь, разобьешься, укусит, сломаешь и др. угрозы-предупреждения.

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Мир опасен, не действуй.

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Я тебе доверяю. Пробуй, действуй!

***ФРАЗА*** - Неряха, бестолочь, горе мое и все другие обзывания, а так же любые обобщения типа все кругом воры и негодяи.

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - И ты такой же, как все.

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Все они могут сформировать ложное представление о себе и должны исключиться из речи.

***ФРАЗА* -** Ты всегда.., никогда.., всю жизнь.., я так и знала.

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Ты безнадежен. Невозможность изменения.

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Разбирайте не личность, а конкретный поступок. Твоя жизнь в твоих руках.

***ФРАЗА*** - Сравнение с другими детьми.

***СКРЫТОЕ ПОСЛАНИЕ*** - Ты плохой, лучше бы вместо тебя был другой.

***ВОЗМОЖНАЯ АЛЬТЕРНАТИВА*** - Я люблю тебя, какой ты есть.

А еще старайтесь говорить "ты плохо сделал , твой поступок плохой а не ты сам",а не "ты плохой".