**Что нужно говорить детям?**

Это нормально злиться. Я помогу тебе успокоиться.  
Это нормально грустить. Я посижу с тобой рядом.  
Это нормально чувствовать себя разочарованным. Я это тоже чувствовала.  
Это нормально.  
Мне нравится, какой ты.  
Ты важен для меня.  
Я слушаю.  
Я здесь.  
Ты не обязан делать меня счастливой.  
Ты больше, чем твои эмоции, потому что они пройдут.  
Я могу справиться с эмоциями, независимо от того, насколько они велики.  
Я хочу смотреть, как ты играешь.  
Конечно, я присоединюсь к тебе.  
Давай я полежу с тобой.  
Ты заставляешь меня улыбаться.  
Я верю в тебя.  
Я доверяю тебе.  
Ты можешь справиться с этим.  
Ты неидеальный, и я тоже, но наша любовь совершенна.  
Спасибо.  
Я горжусь тобой.  
Я рада, что ты здесь.  
Это нормально, совершать ошибки.  
Не торопись.  
Ты сильный.  
Я горжусь, что я твоя мама.  
Ты смелый.  
Я прощаю тебя.  
Я думаю о тебе.  
Я скучала по тебе.  
Это нормально, что ты передумал.  
Это нормально – просить о помощи.  
Я слышу тебя.  
Я вижу тебя.  
Прости меня.  
Ты делаешь мою жизнь лучше.  
Ты способный ребенок.  
Ты достойный.  
Ты очень много значишь для меня.  
Я люблю тебя.  
  
Лишь немногие дети слышат это в своём детстве. Как правило, все происходит ровно наоборот. А с последствиями люди мучаются всю жизнь. С нашим опытом работы с тысячами тревожных, мнительных, подозрительных людей, можно сказать однозначно - все идёт из детства.  
  
Автор Alex Gervash