

Консультативный пункт

Цикл статей: Воспитание ребенка - секреты.
(Первые запреты Или Как сказать ребенку «Нет!»)

Первые запреты Или Как сказать ребенку «Нет!»

Так часто бывает в жизни: Для начала рассмотрим **жизненную и очень распространенную ситуацию**: ребенок начинает весело дергать Вас за волосы или больно щипать. Вам больно – что Вы сделаете? Переведете в игру, искусственно «расплакавшись», или громко вскрикните? Поступив так, Вы совершите **грубую педагогическую ошибку** – Ваши слезы, мимику и вскрики кроха сейчас же поймет как забавную игру! А если так поступать регулярно - уж поверьте, эти, казалось бы, наивные игры могут перерасти, например, в конфликты в детском саду.

С другой стороны - "сдав сдачу" ребенку: ударив, ущипнув или укусив его в ответ - родитель поступает еще хуже... Ведь таким поступком на своем же примере он показывает - что делать больно, драться - это нормальное действие, а побеждает тот - кто сильнее. Такой ли урок Вы хотите преподнести своему малышу?

Поэтому, **если случилось, что Ваше чадо сделало Вам больно**, возьмите себя в руки и серьезно и строго скажите ребенку «нет», глядя ему в глаза. Лучше всего будет - если вкупе с этим, Вы схватите руку ребенка до того, как он ударит или щипнет. То есть предотвратите нежелательное действие, выразите запрет, а потом можно переключить внимание на что-нибудь другое.

Вам нужно научиться запрещать крохе - делать маме (и другим) больно. Чем раньше вы это сделаете, тем лучше.

Только Ваша постоянная, стабильная и адекватная отрицательная реакция на проделки подобного рода, воспитает в ребенке **внутренний «стоп-сигнал»**.

Некоторые родители пытаются ударить ребенка в ответ "чтоб неповадно было" - но это не совсем правильно, таким образом, они дают ребенку понять - что драка - это явление нормальное. Что вполне так можно выяснять отношения, тем более, если так родители поступают, а они - законодатели правил поведения для малыша. Единственное - сейчас крохе приходится считаться с законом "побеждает сильнейший", который не лучшим образом может отразится потом в его воспитании, например, когда он в садике будет решать свои проблемы силой, а не разумом.

С другой стороны, очень важно удерживать себя **от злоупотребления словом “нельзя”**. Таким словом нельзя разбрасываться направо и налево. Так Вы рискуете издергать своего ребенка запретами, запутать его, дезориентировать. Кроме того, при таком подходе ребенок вообще может начать игнорировать все запреты.

«Нельзя» - это «слово-паразит»

Остановимся на слове "**нельзя**". Это необычайно сильное резкое и неприятное слово, даже на слух. Часто слыша его и ожидая его впоследствии, ребенок теряет интерес к увлекательным для себя занятиям, развивающим играм. Не стоит злоупотреблять этим словом.

Важно отличать "нельзя" от "опасно". Опасно – это розетка, плита, утюг. Поговорите с малышом, объясните, чем именно опасны эти предметы. Скажите ребенку, что не хотите, чтобы ему было больно, что переживаете за него.

Волшебная трансформация «нельзя» в «можно»

В различных ситуациях, в большинстве случаев можно и нужно обойтись без категоричного запрета нельзя. **Любое «нельзя» лучше перевести в «можно»!**

Как это сделать? Если ребёнок бросает книгу на пол, старайтесь не говорить ему, что «так делать нельзя», сначала поднимите книгу с пола (оборвите нежелательное действие, погладьте ее (чтобы ребенок видел, что к книге Вы не равнодушны), и скажите лучше так: *«Когда дети (стараемся лишний раз не "ТЫ-кать" в ребенка) бросают книгу на пол - книга рвется, теряется и убегает от детей – и тогда она больше не сможет рассказывать сказки и дарить радость! Книги нужно беречь!»*. И сразу же переключите внимание ребенка, например, на мяч: *«А вот мяч бросать можно!»*. Следите, чтобы Ваш тон разговора был доброжелательным, не надо говорить на высоких тонах.

Без противоречий

Говоря о слове нельзя, хочется напомнить, что запрет должен быть последовательным. Если уж запрещено, то **запрет не должен нарушаться**. Ни при каких обстоятельствах. Ведь родители часто твердят нельзя, но, увидев слезы ребенка, в итоге смягчаются и разрешают. Если малышу хоть раз слезами удалось добиться разрешения, поверьте, он это запомнит. И будет пытаться вами манипулировать. Прислушайтесь к этим простым советам, и это поможет Вам избежать неприятностей в дальнейшем.

Как правильно говорить ребенку «НЕЛЬЗЯ»

Ваш кроха растет. Его шаловливые ручки уже могут «наводить порядок» в самых неподходящих для этого местах. Для родителей это лишнее беспокойство, ведь кроха может не только испортить вещи, но и подвергнуть себя определенной опасности.

Начиная с годовалого возраста уже нужно приучать малыша к словам «нельзя», «нет». Вот только делать это нужно правильно, чтобы не вызвать у ребенка излишней агрессии и желания сделать наоборот.

Как малыши воспринимают запреты

Любой ребенок познает мир вокруг себя, а потому ему очень интересно, что будет, если он потрогает сковороду на плите или оденет штаны на голову. В случае запрета того или иного действия, возможно, последует реакция в виде слез или гнева. Это вполне нормально, так малыш выражает протест.

Ребенок еще не способен усваивать любые запреты с первого раза и может завтра сделать то же, что было нельзя сегодня. Это совсем не значит, что он действует вам назло, просто любые «нельзя» не воспринимаются им в глобальном смысле.

Еще одна особенность восприятия запретов у детей – неспособность переносить ситуацию на аналогичную. Если вы запретили ему трогать микроволновку, это еще не значит, что он не подойдет к миксеру. Не думайте, что малыш решил вам «насолить». Такова особенность восприятия, так что наберитесь терпения.

Не злоупотребляйте запретными словами

Самая распространенная ошибка родителей – слишком большое число запретов. Постоянно слыша слово «нельзя», ребенок просто перестает его воспринимать в нужном направлении. Слово становится постоянным спутником жизни и не воспринимается как запретное.

Не ставьте под угрозу интересы маленького исследователя. Позвольте ему вволю бегать на улице, трогать всевозможные предметы, гонять соседского кота. Любую одежду можно постирать, а руки с лицом вымыть.

Детишки в возрасте до трех лет не понимают, что одно и то же действие можно выполнять дома и нельзя на людях. Или, наоборот – на детской площадке можно играть с водой, а дома нежелательно. В таких случаях старайтесь объяснить ребенку ситуацию без применения запретных слов или отвлеките игрой.

Слово «нельзя» первые три года жизни вашего малыша должно относиться только к действиям, угрожающим безопасности крохи, а также агрессии относительно человека. Нельзя – это палец в розетке, ручки на горячей кастрюле, удары по стеклянным поверхностям, укусы или щипание людей. Все остальное не приносит абсолютно никакого вреда, а просто добавляет родителям хлопот и увеличивает время уборки дома.

После достижения ребенком трехлетнего возраста он начинает понимать больше. Он уже способен понимать различие между альбомом для рисования и обоями в прихожей, поэтому теперь запреты можно конкретизировать. Например, утюг можно трогать, когда он стоит на своем месте на полочке и нельзя – если мама гладит вещи.

Объясняем причину

Любой ваш запрет должен обязательно сопровождаться объяснением причины. Детка должна уяснить, что действие на самом деле опасно, оно не является вашей прихотью.

Объясняя, используйте те слова, значение которых ребенок уже знает. Говорите на понятном ему языке. Кроме слов, важно также физическое восприятие каждого «нельзя». К примеру, можно дать малышу дотронуться до горячего чайника на плите, но тогда, когда степень его нагрева уже не будет угрожать ожогами нежной коже ребенка.

Альтернатива запретам

Наш русский язык недаром называют великим и могучим, а вы должны использовать это по полной программе. К любому «нельзя» постарайтесь подобрать свое «можно» и использовать его почаще. Например, нельзя трогать сковороду на плите, но можно взять половник со стола. Такие «можно» отвлекают ребенка от запретных вещей, одновременно не мешая ему развиваться и познавать мир.

Уже в этом возрасте у малыша должны быть свои вещи, аналогичные предметам взрослых. Тогда вам не придется запрещать что-либо, достаточно будет объяснить, какой молоток папин, а какой – Колин. Интерес к вашим вещам у крохи пропадет, да и важности прибавится.

Системный подход

Любой категоричный запрет должен оставаться таковым всегда, в любой ситуации. Иначе ребенок просто не поймет, почему одно и то же действие было запретным вчера, а сегодня стало вдруг доступным. Малыш может решить, что все «нельзя» зависят от настроения старших и на самом деле не таят совершенно никакой опасности. Не практикуйте разрешение запретного, если вам нужно выкроить время для своих дел.

Такого же подхода должны придерживаться остальные члены семьи. Зачастую ведь случается, что у бабушки или папы можно то, чего мама не разрешает. А это негативно отражается на авторитете мамы. Вполне возможно, что в дальнейшем ребенок перестанет слышать ее «нельзя» и будет просить то же самое у других взрослых. Все запреты должны быть едиными, отменять их не стоит даже в случае слез и истерик.

В то же время можно проявлять некоторую гибкость. Можно разрешить ребенку немного больше, если он, например, болеет. Но в этом случае вы должны объяснить, что разрешение распространяется только на период болезни.

Избегайте провокационных моментов

Случается, что родители сами провоцируют детей на те или иные поступки. Например, ребенку неоднократно запрещали трогать папины бумаги, но как можно избежать искушения, если они постоянно лежат на столе и даже не убраны в ящик? Таких ситуаций масса.

Храните все важные документы в недоступном для ребенка месте, а еще лучше – под замком. То же самое касается любых ценных и хрупких вещей. Не искушайте малыша без надобности.

Отдельно хочется напомнить о правилах безопасности ребенка в доме. Оградите кроху от любых колющих и режущих предметов, острых углов, закройте доступ к розеткам, стеклам и зеркалам.

Запрещаем правильно

- **В первую очередь следите за своей интонацией.** Оставьте в стороне все крики и ругань, говорите спокойным тоном. Так малыш научится воспринимать сказанное, а не бояться вашего разгневанного вида. Но в то же время нужно показать крохе свое недовольство и обиду, чтобы он со временем начинал понимать, в каких случаях вы расстроены его поведением. И про угрозы тоже желательно забыть, если не хотите вместо уважения воспитать в ребенке страх. *Читаем статью по теме: что мне делать, если я постоянно кричу на своего ребенка?;*

- **Уважайте кроху как личность.** При любых конфликтах не употребляйте оскорбительные слова. Этим вы только понизите самооценку ребенка и вряд ли будете выглядеть в его глазах авторитетной личностью;

- **Сохраняйте благоразумие.** Вспомните свои желания в детском возрасте. Чего вам хотелось больше всего? Может, есть возможность разрешить это своему ребенку, но с соблюдением мер предосторожности?;

- **По мере взросления все запреты должны корректироваться в соответствии с возрастом вашего чада.** Ребенок растет, с каждым годом его способности развиваются и совершенствуются. Разрешите ему включать свет, помогать вам на кухне или орудовать ножницами над ненужной газетой, соблюдая при этом необходимые меры предосторожности;

- **И самое главное – личный пример.** Не требуйте от ребенка того, чего не можете делать сами. Отсутствие сквернословия, пунктуальность, уважение к старшим и многое другое можно воспитать только на примере личного положительного качества.

Постарайтесь, чтобы список запретов всегда был минимальным. Произносите слова «нельзя» и «нет» в крайне опасных ситуациях, а в другое время заменяйте их альтернативными «можно». Со временем вы увидите, что упрямство вашего ребенка уступит место послушанию.

10 советов как сказать ребенку «нет»

Когда ты говоришь «нет», твой ребенок тебя игнорирует или устраивает сцену? Научись запрещать без скандалов. Эти советы помогут тебе в этом.

Высылай однозначные сигналы

Задумайся, какими принципами ты хочешь руководствоваться в воспитании, и как ты хочешь ставить ребенку ограничения. Благодаря этому тебе будет легче выдвигать ясные и однозначные требования. Чтобы «нет» имело силу, твой язык тела и тонн голоса должны соответствовать содержанию того, что ты говоришь. Если ребенок услышит «нет», а почувствует колебания, то не будет знать, чего ты от него хочешь.

Уважай свои потребности

То, что ребенок чего-то хочет: не значит, что должен это получить немедленно. Только в первом периоде жизни ребенка следует действительно ограничивать свои потребности в пользу потребностей ребенка. Но, уже начиная с трех лет ребенок может подождать четверть часа, прежде чем ты закончишь, есть или говорить. И будет правильно, если ребенок, услышит: «Мы поиграем, когда я закончу разговор с бабушкой. Пока поиграй сам или посиди здесь возле нас».

Не бойся злости ребенка

Когда ты откажешь в покупке игрушки, ребенок наверняка будет недоволен. Может поплакать, сказать, что несчастный, а ты подлая. Трудно? Однажды ты это переживешь. Не наказывайте ребенка за то, что он злится, не обижайся на него. Ты должна понимать, что ребенок совсем не перестал тебя любить, даже если так говорит. Отнесись с уважением к его негативным эмоциям и не избегай его злости. Скажи: «Я понимаю, что ты разочарован, но я не куплю тебе этого» и объясни причину, чтоб он все понял.

Уважай своего ребенка

Даже если реакция ребенка на твое «нет» кажется тебе неадекватной и преувеличенной, не высмеивай, не обижай и не критикуй. Скажи: «Я понимаю, что тебе грустно. Но я не куплю тебе этот гамбургер».

Будь терпеливой

Прежде чем малыш научится, адекватно реагировать на твои запреты, он будет капризный и непослушный. Трактуй такое поведение со спокойствием. Не злись, повторяй свое столько раз, сколько потребуется. Порой ребенок не слушает, потому что хочет проверить, как далеко может зайти. Через какое-то время ребенок привыкнет и узнает, как должен вести себя.

Не сдавайся

Бывает, что ты соглашаешься на что-то для того чтоб ребенок просто успокоился. Очевидно, у каждого время от времени такое происходит. Но если происходит так часто, ребенок учится тому, что все можно «вымучить». Кроме того, ребенок помнит твою непоследовательность намного дольше, чем ты. И если раз ты уступишь, он поймет, что может быть так как он захочет. А ты долго должна будешь расхлебывать последствия.

Не ищи силой логических аргументов

Порой ты говоришь «нет», потому что тебе не хватает четких аргументов. Ведь каждое твое решение должно быть мотивированно

логически. Бывает, что ты чувствуешь что-то интуитивно, эмоции подсказывают тебе, как надо поступить. И это достаточный повод, чтобы сказать «нет». Помни также, что некоторых объяснений ребенку может быть мало. Он должен их просто принять, что, например, нельзя воровать и все.

Не упирайся в свои аргументы любой ценой

Твой авторитет не пострадает, если ты изменишь мнение в каком-то вопросе. Нет в этом ничего удивительного и плохого. Может, изменились обстоятельства, ты узнала новые аргументы или обдумала вопрос еще раз. Ребенок таким образом поймет, что не всегда нужно держаться своих решений любой ценой.

Говори откровенно

Выражайся коротко и ясно. Чтобы из того, что ты говоришь, откровенно возникало, что ты делаешь и чего ты ожидаешь от ребенка. Скажи, например: «Я не хочу, чтобы ты вытаскивал вещи из тумбы» (вместо «Не делай бардак»), «Я не куплю тебе сладости» (а не «От сахара портятся зубы»).

Говори в первом лице

Разговор к ребенку инфантильным языком, в третьем лице («Мамочка будет плохая» или «Мама этого не хочет») ослабляет силу слова. Подумай, ты воспринимала бы серьезно своего шефа, если бы он сказал тебе: «Шеф не хочет сейчас говорить»?