

Как научить ребёнка понимать слово «нельзя»?



Перефразируем знакомую всем фразу: «Запретить нельзя разрешить». Куда вы поставите запятую?

Правильный ответ: запрет или разрешение мы каждый раз определяем взвешенно и осознанно. Каковы же принципы этого решения? Давайте сформулируем эти «правила спокойного родительства».

Скидка на возраст

Но прежде поговорим о возрастных особенностях детей. Малыши до года не могут адекватно воспринимать указания взрослых, но они различают мимику, жесты и интонации, и отчасти понимают, что не понравилось маме. Уже в этом возрасте нужно устанавливать границы дозволенного: нельзя щипать и дергать за волосы, например, а то некоторые родители стоически терпят боль, потому что считают, что ребенок пока не понимает, что делает, и запрещать ему бессмысленно.

От года до трех ребенок активно познает мир, и запреты ему жизненно необходимы. В этот период уже имеется кое-какой негативный опыт. Однако, если вы видите, что ребёнок тянется к стакану с горячим чаем или пытается залезть на непригодную для этого поверхность, сразу же бегите его спасать. Не рассчитывайте на силу слова «нельзя».

Дети старше трех лет уже имеют четкие понятия о правилах поведения, и прежде чем ругать их за заведомо запрещенные действия, стоит задуматься о причинах. Возможно, малыш не ощущает достаточного внимания с вашей стороны и таким образом привлекает его.

«Правила спокойного родительства»

1. Не используйте запреты слишком часто. Если ребёнок будет слышать их каждые 5 минут по поводу и без, то перестанет воспринимать.

По-хорошему безапелляционное «нельзя» должно звучать только в тех ситуациях, когда действия ребёнка несут угрозу жизни или здоровью.

В остальных случаях, прежде чем запретить, задайте себе вопрос: «Почему я это запрещаю?». Если ответ кроется в вашем неудобстве, но при этом ребёнок не делает ничего страшного, не мешайте ему.

2. Произносите «нельзя» серьёзно и спокойно. Эффективность сказанного будет зависеть от интонации. Если вы будете умиляться самостоятельностью своего малыша, он не воспримет запрет всерьёз.

3. Объясняйте, почему «нельзя». Используйте понятные слова и формулировки.

«Не трогай эту игрушку, мы потом не расплатимся» — сложное объяснение.

«Эту игрушку трогать нельзя, она чужая и ценная. Ты можешь её повредить». Это ребёнку понять проще.

4. Будьте последовательны. Иногда мы неосознанно путаем ребёнка. Например, сегодня есть можно только на кухне, а завтра: «иди с печеньем в свою комнату и не мешай мне говорить по телефону». Старайтесь избегать таких ситуаций.

Если у вас есть строгие правила, лучше проговорить их и с другими людьми, ухаживающими за ребёнком.

5. Предлагайте альтернативу. Будет здорово, если, запретив что-то ребёнку, вы сгладите его огорчение не менее интересным занятием. Нельзя рисовать на обоях? Зато можно на бумаге. Нельзя бить других детей? Можно постучать палкой по дереву.

6. Намного приятнее и эффективнее учить ребёнка не через наказание, а через похвалу.

Вместо того, чтобы ругать за непослушание, отмечайте правильные поступки. Ребенку будет приятно, что его хвалят, и он с большей охотой станет выполнять просьбы.

Чем старше ребёнок, тем важнее использование этих правил. Подросткам надо и объяснять причины запретов, и предлагать альтернативу, да и в целом много разговаривать.

Безынициативный ребёнок

В избыточном использовании запретов кроется серьёзная опасность. Если ребёнка постоянно ограничивают и не дают возможности иметь свое мнение, то он к этому привыкнет: станет нормальной ситуация, когда к нему не прислушиваются и не воспринимают всерьёз. Со временем он перестанет пытаться проявить себя, не будет иметь собственных желаний и целей.

Ни один родитель не захочет такого сценария жизни для своего ребёнка, поэтому не стоит перегибать палку с запретами.

