

Как правильно запрещать

Часто перед родителями возникает вопрос: «Как запрещать ребенку, чтобы обезопасить его и одновременно сохранить с ним доверительные отношения?»

Безопасность ребенка - одно из главных условий его жизнедеятельности. Задача родителей - оградить ребенка от потенциальных опасностей и предупредить о существующих. Родители по-разному реагируют на ситуации, в которые попадают или могут попасть их дети. Существует три стратегии поведения родителей, которые связаны с безопасностью ребенка.

Первая стратегия - оберегать ребенка любыми способами от различных опасностей. Родители действуют по принципу «знаю, где упадет, и постелю соломку». Вследствие этого ребенок растет несамостоятельным. Он не умеет определять степень опасности и не знает, как реагировать на нее.

Вторая стратегия - предупреждать с расчетом на инстинкт самосохранения ребенка. «Не ходи - упадешь!» - говорят родители. Такая стратегия тоже много пользы не принесет. Ребенок станет боязливым, будет воспринимать все вокруг как опасное и непреодолимое.

Третья стратегия - определить границы и показать способы реагирования в той или иной ситуации. «Предупрежден - значит вооружен!» - именно этому принципу следуют родители, которые придерживаются третьей стратегии. В этом случае ребенок получает личный опыт и может самостоятельно определить степень опасности, овладевает навыками реагирования на сложившиеся обстоятельства.

Итак,

- **при первой стратегии** поведения родителей есть вероятность, что, став взрослым, ребенок так и не научится определять степень опасности и правильно на нее реагировать.
- **При второй стратегии** - у ребенка могут возникнуть страхи, которые помешают ему адекватно воспринимать опасность.
- **Третья стратегия** - наиболее эффективная. Родители, которые ей следуют, дают возможность ребенку самому понять ситуацию и правильно выбрать способ реагирования на нее.

Все запреты для ребенка можно разделить на разные зоны:

В первую зону входит то, что ребенок может делать по собственному желанию, в отношении чего он имеет полную свободу выбора - куда пойти, чем заняться, с кем дружить, что надеть.

Во второй зоне находятся действия ребенка, в которых ему предоставляется относительная свобода. То есть он сам может принять решение, соблюдая определенные правила. Например, может гулять в своем дворе, но дальше не уходить; можно посмотреть мультфильм, но после ужина. Важность данной зоны в том, что именно здесь ребенок приучается к

внутренней дисциплине. Родители на первых этапах помогают ребенку быть осмотрительным и учиться сдерживать себя при помощи установленных правил. Постепенно ребенок привыкает к новым правилам и принимает при условии, что родители проявляют уважение к чувству свободы и самостоятельности ребенка. Так дети легче воспринимают родительские ограничения.

В третьей зоне находятся действия ребенка, которые при особых обстоятельствах могут быть разрешены. Например, ребенок может не лечь спать вовремя, так как ожидается приезд отца из командировки.

В четвертой зоне находятся неприемлимые ни при каких обстоятельствах действия ребенка - наши **категорические «нельзя»**: нельзя бить, кусаться, играть со спичками, ломать игрушки, обижать маленьких, уходить без спросу, совать пальцы и различные предметы в розетку, нельзя открывать дверь чужим, нельзя разговаривать и уходить с незнакомыми.

Итак, как правильно запрещать.

1. Все, что опасно для жизни, однозначно «нельзя»!
2. Если запрещаете, то приводите аргументы. Ребенок должен понимать причинно-следственные связи запретов. Если вы много раз без объяснений повторяете «нельзя», ребенок может уступить вам. Но как только вы будете вне поля зрения, ребенок нарушит запрет из-за любопытства. Ведь ему не объяснили, почему этого делать не стоит. В данном случае хорошо, если вы на примере покажете ребенку, что будет, если он нарушит запрет.
3. Если запрещаете, то предложите альтернативу. Ребенок лучше воспринимает запреты, когда взрослый может предложить другие варианты. Например: «Рисовать на обоях нельзя, а вот на мольберте или на ватмане сколько хочешь. Пойдем вместе нарисуем что-нибудь». Таким образом, вы переключите внимание ребенка на другой объект, и в то же время он поймет, что его свободу не ограничили и его мнение ценят.
4. Запретов не должно быть слишком много. Если вы часто употребляете слова «нет» и «нельзя», ребенок перестает их воспринимать. Он будет либо протестовать и устраивать истерики, либо возложит все полномочия по решению различных ситуаций на ваши плечи и перестанет проявлять инициативу. Кроме того, при частом «нет» теряется ценность подобных слов - запрет перестает нести определенную значимость, и ребенок начинает пренебрегать им, игнорировать.
5. Если вы что-то запретили, то не отменяйте свой запрет, не поддавайтесь на просьбы и обещания ребенка, его протесты и ухищрения. Будьте последовательными. Это необходимо для того, чтобы ребенок понял, что к мнению взрослого нужно прислушиваться. Если вы будете колебаться, поменяете свое решение, это выведет ребенка из равновесия. Для него будет непонятно, почему вчера было «можно», а сегодня «нельзя». В дальнейшем ребенок будет воспринимать запреты неоднозначно, а

авторитет взрослого в его глазах начнет падать.

6. Когда что-то запрещаете ребенку, оставайтесь спокойным, контролируйте себя. Ведь ребенок определяет и оценивает ситуацию по вашим эмоциям. Раздраженный и громкий голос помешает ему запомнить запрет и его причины. А положительные эмоции не позволят воспринять ограничения всерьез. Поэтому все запреты проговаривайте без лишней эмоциональной окраски, в спокойном, но требовательном тоне. Так ребенок лучше поймет и примет, что запрет это не родительская прихоть, а естественное ограничение.
7. Запрещайте, но будьте справедливыми. Для начала обсудите запреты в семейном кругу без присутствия ребенка. Всем членам семьи необходимо договориться о поведении и правилах в определенных ситуациях и в дальнейшем придерживаться единой позиции. Разногласия в требованиях родителей могут вызвать у ребенка недоумение и вывести из равновесия. Но главное правило — большинство запретов едино для всех. Ситуации, когда то, что запрещено ребенку, разрешено взрослому, необходимо разъяснять.