

## О вреде слова "Нельзя" или как правильно запрещать ребенку?

---



Подготовила: педагог-психолог Лубкова Н.Л.

## О вреде слова "Нельзя" или как правильно запрещать ребенку?

Стоит ли запрещать ребенку и если да, то, как это делать? Ибо от того, как и в каких количествах вы будете говорить своему ребенку «нет» будет во многом зависеть ваша модель воспитания.

**Прежде чем понять, что и в каком объеме вы собираетесь запрещать своему ребенку, задайте себе один вопрос: «Какого человека вы хотите вырастить? Свободного, способного самостоятельно принимать решения, или удобного для окружающих, закомплексованного, постоянно испытывающего чувство вины?»**

Безусловно, человека второго типа удобнее воспитывать. Он меньше сопротивляется вашим требованиям, меньше выказывает свою волю, с меньшей вероятностью он влезет куда-то без вашего на то разрешения. Но! Наивно полагать, что детство пройдет, ребенок вылетит из под вашего крыла, и сразу изменится. Нет, такой человек всю жизнь так и будет бояться отстаивать свои интересы, он с трудом будет сам принимать решения, т.к. привык, что вы всегда говорили ему, что ему стоит делать, а что нет.

Итак, если вам больше нравится удобный ребенок, вы можете кричать ему «Нельзя!» к чему бы он ни прикоснулся, бить его по рукам без четкого объяснения причин, ну и все в таком духе. Ну а если вы все-таки хотите вырастить свободного и думающего человека... нет-нет, я вовсе не хочу сказать, что такому ребенку должно быть все дозволено, запреты обязательно должны быть. Но какие именно и в каких количествах? Об этом читайте в статье!

**Слово «нельзя» ребенок начинает понимать где-то в возрасте 6-8 месяцев.** И как раз в это время вам впервые приходится столкнуться с необходимостью что-то запретить ребенку. В это время малыш уже начинает самостоятельно передвигаться в пространстве, его интересует все больше окружающих вещей, и тотально контролировать его действия, как это было раньше, у вас уже не получится. Начиная с этого возраста, хотите в этого или нет, вам придется иметь дело со словами с запретами.

Поэтому рассмотрим подробнее, как сказать ребенку «нет» и **какие правила при этом нужно знать.** Эти правила не теряют своей актуальности и в год, и в 2 года, и в 3 ...

## **1. Запрещайте как можно реже!**

Прежде, чем что-то запрещать ребенку, подумайте, а действительно ли это нельзя? Случится ли что-то страшное, если ребенок наступит в грязь или поднимет с земли выброшенный фантик? Ведь не так трудно постирать одежду ребенка или лишний раз протереть ему руки влажной салфеткой, стоят ли эти хлопоты того, чтобы запретить ребенку исследовать окружающий мир!

**Под словом «нельзя» должны находиться только самые строгие запреты.** Строгие запреты в основном могут быть связаны с вопросами безопасности (не совать пальцы в розетку), но могут быть связаны и с чем-то другим, например, с чем-то особенно ценным для вас.

Организируйте вашу семейную жизнь, так чтобы запрещать приходилось очень редко. Если ребенку еще нет 1-1,5 лет, просто уберите из зоны досягаемости ребенка все опасные и особо ценные предметы. Никакой бытовой химии и дорогой посуды в нижних шкафчиках, никаких острых предметов по близости, желательно, безопасные розетки. Так, чтобы вы точно знали, если ребенок будет передвигаться по комнате самостоятельно, ничего страшного не произойдет.

Если же ребенок уже постарше, то здесь задача будет потруднее. Нужно учиться идти на компромиссы со своим ребенком. Если ваше чадо хочет исследовать камешки и бумажные фантики – берите на прогулку влажные салфетки. Хочет исследовать грязное ведро для мытья пола – налейте и поставьте рядом чистое ведерко специально для малыша. Используйте также ограничительные условия. Например, на требование ребенка немедленно поиграть с ним не говорите «Нет», скажите «Я закончу свои дела через 15 минут, подожди, и мы с тобой поиграем» (только обязательно исполните свое обещание).

**Почаще вместо «Что ты делаешь? Нельзя!» задавайте вопрос «Что ты хочешь?».** По своей дочери я убедилась, что этот вопрос очень действенный. Стоит только его задать в ответ на капризы дочери, она сразу как бы приостанавливается и задумывается («И чего я в самом деле хочу?») Считаю, что этот вопрос очень хорошо помогает ребенку лучше понять себя. Этим вопросом вы завязываете с ребенком спокойную беседу, в которой потихоньку начинаете

объяснять причину ограничений, рассказываете, что всем нам приходится согласовывать свои действия с желаниями окружающих.

Помните, чем реже вы будете говорить: «Нет! Нельзя!», тем больше ребенок будет прислушиваться к этим словам.

## **2. Позиция родителей относительно запретов должна быть одинаковой**

Избегайте ситуации, когда «плохой» папа запрещает, а «добрая» мама разрешает, или наоборот. Поначалу это только сбивает ребенка с толку, но вскоре ему становится ясно, что ваш запрет не является непререкаемым, и прислушиваться к нему тоже необязательно.

## **3. Не отменяйте запрет только потому, что ребенок плачет или кричит**

Конечно, это нелегко. Стоит только ребенку заплакать, хочется сразу все ему разрешить, лишь бы он только успокоился. Но если уж вы решили в чем-то отказать (а как я уже писала, нужно это делать обдуманно и не слишком часто), то стойте на своем до конца.

## **4. Выберите правильный тон**

Некоторые родители, боясь показаться «плохим» папой или «злой» мамой, говорят «нельзя» заискивающим, извиняющимся тоном. Другие же наоборот кричат на ребенка истошным голосом. Конечно, оба эти варианта крайне неправильны. Слова запрета нужно произносить четко, твердо и однозначно. Голос должен быть спокойный и, если того требуют обстоятельства, строгий. Желательно при этом смотреть ребенку в глаза. Чтобы ребенок поверил вам и прислушался, вы должны сами себе поверить, не должно быть ни сомнения, ни истерики в ваших словах.

## **5. Не приучайте ребенка ориентироваться на мнение чужих людей**

Чем старше становится ребенок, тем больше появляется запретов, связанных с общественным мнением «Не плачь, а то дядя подумает, какая ты капризная девочка», «Не кричи громко, а то нас отсюда выгонят!» Мы часто не придаем значения этим фразам, но на самом деле, благодаря ним, ребенок очень быстро привыкает ориентироваться на внешний мир, на внешние оценки людей, начинает придавать большую важность этим оценкам.

Конечно, прислушиваться к мнению окружающего мира важно, без этого невозможно жить в социуме. Но постоянно ссылаясь на мнение чужих людей, вы рискуете преувеличить в глазах ребенка важность этого самого мнения и привить ребенку ненужные комплексы, от которых потом так трудно будет избавиться.

Объясните лучше как-то по-другому причину «Не кричи, а то ты мешаешь доктору лечить других деток» (в очереди в поликлинике) или «Не делай так, это меня расстраивает (утомляет)». Это не сделает ребенка столь зависимым от того, что подумают люди. А это очень важно для счастливой жизни маленького человека.

### **Что запрещать?**

Вам, как родителям, нужно сесть и подумать, что вашему ребенку будет категорически запрещено, что иногда можно разрешить, и что позволено всегда. У нас, например, под строгим запретом в основном находятся ситуации, которые представляют опасность (никогда нельзя выходить на дорогу без родителей, нельзя играть с дверной ручкой в автомобиле во время езды), но и не только (нельзя драться). Среди ограничений, которые могут иногда отменяться, у нас в основном режимные моменты (иногда можно лечь спать попозже или посмотреть мультики чуть больше отведенного времени). Всегда же разрешено дочке выбирать, во что мы будем играть, куда пойдем гулять и т.д.

### **Зачем же все-таки нужны запреты и правила?**

Итак, не должно быть много «нельзя», но и совсем без них тоже никак! И не только потому, что при отсутствии ограничений ребенок вырастет эгоистом, а в первую очередь потому что дети, сами того не подозревая, сильно нуждаются в четкой структуре во всем. Вводя в жизнь ребенка **определенные правила и запреты**, родители тем самым делают мир более понятным и предсказуемым, а значит – безопасным.

Для спокойного и гармоничного развития ребенку необходима уверенность во внешнем мире. А чтобы быть уверенным во внешнем мире, ребенку нужно знать, что окружающий мир стабилен, что в нем есть четкие правила, которые действуют одинаково и сегодня и завтра. Так, например, ребенок должен знать, что конфеты можно есть только после того, как пообедаешь, а после соблюдения вечернего ритуала (чтение книжек, чистка зубов и т.д.) уже больше ничего не последует,

только сон. Конкретные правила, которые в первую очередь будут соблюдать и сами родители, ребенку просто необходимы, только их количество должно быть разумным! По той же причине ребенок нуждается в своей собственной комнате и кровати, в режиме дня, т.к. это тоже дает ему ощущение стабильности.

### **Как справляться с негативной реакцией ребенка на запреты**

Важно помнить, что в ответ на ваш запрет ребенок, скорее всего, заплачет или даже обидится. Отказывая малышу в чем-то, вы должны быть готовы к этим чувствам. Старайтесь не оставлять ребенка один на один со своей обидой. Если малыш еще совсем маленький (до 1-1,5 лет), то его, скорее всего, будет довольно легко отвлечь чем-то.

К году дети становятся более упрямыми и непослушными, отвлечь их уже не так просто. И здесь уже нужно учиться договариваться с ребенком. **Во-первых**, всегда нужно обосновывать, почему вы вводите то или иное ограничение. «Не нужно драться! Это больно!», «Я не могу сейчас с тобой поиграть, я должна приготовить ужин, скоро придет папа». Обоснование должно быть таким, чтобы вы сами чувствовали его значимость. В таком случае жизненные наблюдения обязательно подтвердят ребенку правдивость ваших слов. А абстрактные призывы типа «Хорошие девочки так не делают!» останутся для ребенка пустым звуком.

**Во-вторых**, обязательно постарайтесь предложить ребенку такую же интересную альтернативу. С ребенком можно и нужно договариваться. Это поможет ему в дальнейшем. Став постарше, он всегда будет стремиться договариваться с окружающими. К тому же он будет понимать: в этом мире нет безвыходных ситуаций, всегда есть достойная альтернатива, стоит только немного подумать.