**Как сказать ребенку «нет»?!**



Ребенок растет, развивается, исследует окружающий мир, ищет для себя увлекательные занятия и часто находится в абсолютном неведении по части возможных последствий своей деятельности. И, конечно, хочет чего-то такого, что ему нельзя дать и надо запретить. И тут перед родителями встает один из самых важных и при этом самых болезненных вопросов: «Как сказать ребенку ‘нет’?»

*Необходимо проявлять твёрдость, чтобы отказать своему ребёнку. Если дети почувствуют вашу слабину, они тут же воспользуются этим, чтобы добиться своего.*

Чего только не придумают детишки для достижения своей цели – вначале в ход идут слёзы. Многие родители уступают малышам уже на этом этапе. Если это не помогло, дети используют другие способы – устраивают настоящую [истерику](http://razvitie-krohi.ru/psihologiya-detey/detskaya-isterika-v-magazine-kak-reagirovat-roditelyam.html), топают ногами, падают на пол и кричат.

Как научиться правильно говорить детям «нет»? Нужно взять на вооружение несколько правил.

**Рассмотрим эти простые правила.**

1. **«Вы не можете говорить ‘нет’ всегда»**

Прежде всего, необходимо понять, что «нет» — это особенное, исключительное слово, и если произносить его постоянно, оно обесценивается и теряет смысл. Если мама на все кричит: «Нет!», «Нельзя!», «Перестань!» да «Прекрати!» — ее «нет» начинает выполнять роль простого прерывания действия, но уже не работает как запрет. Так что чем реже вы произносите слово «нет», тем оно действеннее. Чтобы уменьшить количество запретов, о них надо думать загодя, всячески предупреждая саму возможность столкновения ребенка с соответствующими вашими «нет» и «нельзя».

*Чем меньше запретов, тем они действеннее — это нужно понять и принять.*

1. **«Продумайте аргументы и будьте тверды»**

Чтобы отказ был воспринят детьми серьёзно, вам стоит привести несколько аргументов, почему вы говорите «нет». Вы сами должны быть убеждены в своём решении отказать, иначе, почувствовав нерешительность в вашем голосе, ребёнок усилит давление. Помните, вам нельзя менять свою позицию на противоположную. Если сказано «нет», стойте на своём – говорить «да» вы уже не имеете права. Если вы нарушите это правило однажды, ребёнок в следующий раз не воспримет отказ всерьёз.

1. **«Не аргументируйте отказ в покупке дороговизной»**

Отказав малышу в покупке новой игрушки, на которую сейчас нет денег, не стоит объяснять ему, что она стоит очень дорого. Маленькие дети этого не поймут, у них таких понятий, как дорого и дешево, не существует. Лучше просто скажите «нет» или попытайтесь найти другое объяснение, почему вы не купите игрушку.

1. **«Договаривайтесь с детьми и избегайте провокаций»**

Даже с малышами почти всегда можно найти способ договориться, причём иногда сделать это намного проще, чем отказать. Если кроха попросил купить ему дорогую игрушку, а нужной суммы денег у вас нет, попробуйте договориться с ним о том, чтобы купить её позже. Почему бы не сказать так: «Сынок, я уже потратил почти все деньги, которые мы взяли с собой. Давай попросим дедушку Мороза, чтобы он подарил тебе этот конструктор на Новый год. А пока мы можем купить тебе вот эту машинку». Ребёнок в большинстве случаев ответит согласием, да и вам не придётся придумывать, какой подарок готовить к Новому году.

1. **«В семье все имеют единое мнение»**

Ваш отказ ребёнку не должен быть никем отменён. Если вы не разрешили сыну или дочери взять какую-то вещь или отказали в покупке, будет правильно, если и другие члены семьи поступят так же. Рассмотрим такую ситуацию – ребёнок попросил папу купить новую машинку, но отец отказал. После этого



В этом случае родные должны поддержать отца, даже если они не считают отказ обоснованным. Здесь главное – сохранить единую позицию, что «нет» означает «нет». Если же мама и бабушка пойдут на поводу у ребёнка, тогда начнутся проблемы в воспитании. Папа в глазах сына или дочери станет плохим, а мама хорошей.

1. **«Всегда положительно подкрепляйте поведение ребенка, когда он начинает следовать вашему ‘нет'»**

К сожалению, об этом приходится напоминать постоянно — необходимы положительные подкрепления «правильному», «хорошему» поведению ребенка. Обычно драма разворачивается по следующей схеме. Сначала родитель замечает, что ребенок делает какой-то «ужас», и злится на него за это. Затем уже порядком разгоряченный родитель заявляет ребенку свое «нет», причем нервно, напряженно, истерично и подчас даже подвизгивая. Ребенок пугается и идет на попятную, причем вовсе не потому, что понял суть предъявляемых ему претензий, а просто потому, что надо как-то защититься, унять родительский гнев. Родитель чувствует, что «его взяла», и принимает вид недовольного, но удовлетворенного удава. И получается, что ребенок за свое следование родительскому «нет» получает не поощрение, чего он вполне заслуживает, а «кислую мину». Такое положение надо срочно менять! Поймите, что готовность ребенка двигаться навстречу вашим требованиям или следование вашему запрету — это не «естественно», это акт доброй воли, которую нужно уметь замечать в своем ребенке, отмечать положительно и закреплять ответным актом доброй воли.

*Радуйтесь всякий раз, когда ребенок проявляет готовность выполнить ваши условия. Во-первых, потому, что есть, чему радоваться, а во-вторых, потому, что ребенку очень важно знать, что он своего родителя радует.*

Из – за чего бы вам ни приходилось говорить «нет», всегда объясняйте, почему нельзя. Никогда, при этом, не повышайте голос на ребенка. Следите, чтобы вы – взрослые, все делали согласованно, и если кто – то из вас сказал свое «нет», то и остальные должны говорить также. И последнее – просто любите малыша.