



Советы родителям детей 3–4-х лет, которые помогут эффективно донести до ребенка свой запрет.

Чего следует ожидать в этом возрасте? Возможно, ваш ребенок игнорирует ваше «нет», или вы просто хотите найти более позитивный подход к установлению дисциплины. К счастью, существует множество альтернатив этому злоупотребляемому указанию, и вот почему. Дети часто теряют восприимчивость к запретам, высказанным в форме «нет», из-за чего родителям приходится повторять их десять раз, чтобы получить ответную реакцию. Не важно, пытаетесь ли вы уберечь вашего малыша от неприятностей или научить его отличать хорошее от плохого, попробуйте лучший, более эффективный подход, чем слово «нет».

Какие альтернативы слову «НЕТ» существуют?

Перефразируйте запрет. Придавайте позитивное направление вашему требованию. Вместо того чтобы сказать «нет», четко определите для ребенка то, что он может сделать в качестве альтернативы. Вместо того чтобы в грубой форме крикнуть: «Нет! Не играй мячом в гостиной» попробуйте сказать, например, так: «Ты можешь катать мяч по коридору». Если ребенок выполняет задание по рисованию и при этом разливает клей по всему полу, постелите газету, чтобы предотвратить загрязнения. Это позволит ребенку продолжить занятия, а не отказаться от них вовсе. Если вы должны действовать быстро, чтобы уберечь ребенка от опасности, замените слово «нет» предостережением, например, «Стоп!» или «Горячее!».

Предлагайте варианты. Ваш малыш хочет чувствовать себя независимым и уверенным в себе. Поэтому вместо прямого отказа, когда он умоляет вас о шоколаде перед обедом, предложите ему выбор между виноградом и яблоком. Или позвольте ребенку самому выбрать угощение, которое он может съесть после обеда. Если ребенок настаивает на совершенно неприемлемом наряде (например, купальнике в декабре), предоставьте ему на выбор два приемлемых комплекта одежды на каждое утро. Хотя он может быть не в восторге от выбора, который предоставили ему вы, со временем он научиться принимать его.

Отвлекайте внимание ребенка. Даже дошкольника можно легко отвлечь от проблемы. Когда изящная фарфоровая статуэтка в универмаге привлекает внимание вашего малыша, быстро переключите его на то, как свет отражается в зеркале в галерее, или отвлечите вопросом («Что бы нам приготовить на обед?»), игрушкой или легким перекусом. В то же время держите ребенка подальше от искушения. Старшие дошкольники легче, чем младшие, ходят за покупками и более восприимчивы к тому, когда их

отвлекают открыто: «Мы не можем играть этой фарфоровой куклой, но мы можем попробовать эти заводные игрушки».

Избегайте проблемы. Всякий раз по возможности держите дошкольника подальше от ситуаций, когда вам приходится говорить «нет», и выбирайте вместо этого безопасные условия, которые развивают его любознательность и ощущение приключения. Ваш дом, квартира должны быть совершенно безопасными для ребенка, а все опасные и ценные предметы должны храниться вне его досягаемости. Выбирайте места, где ребенок может свободно передвигаться, – детскую площадку или большой сад вашей сестры, а не отдел посуды в универсаме или антикварную лавку. И если вы пришли в магазин за продуктами, старайтесь избегать посещения отдела сладостей.

Вы, конечно, не можете изолировать ребенка от всех ситуаций, в которых вам приходится говорить «нет», но если вы их ограничите, жизнь станет гораздо легче для вас обоих. Однако имейте в виду, что многим дошкольникам нравится ходить в магазин, и они будут вести себя хорошо в том случае, если вы предпримете некоторые меры предосторожности. Планируйте поход за покупками тогда, когда ваш ребенок хорошо отдохнул, и не переусердствуйте – часа или двух в торговом центре вполне достаточно.

Не обращайтесь внимание на незначительные нарушения. Жизнь предоставляет много значимых возможностей научить ребенка дисциплине. Не ищите дополнительных. Если ребенок вступил в лужу, и вы при этом шли по направлению к дому, почему бы не разрешить ему это? Если он хочет надеть любимую футболку в постель, что тут плохого? Проявляйте рассудительность и избирательность в своих баталиях с малышом. Будьте снисходительны к желанию приключений, веселья и интересных исследований вашего ребенка, конечно, когда это возможно. Если ребенок в безопасности, и вам нет особой нужды говорить «нет», пусть будет так, как он хочет.

Говорите убедительно. Конечно, когда поведение ребенка того требует, и вам действительно нужно сказать «нет», не теряйте времени. Скажите это твердо (но спокойно), убедительно и с непроницаемым выражением лица: «Нет! Не тяни кота за хвост». Забавная фраза «Нет, нет, солнышко» несет в себе противоречивый посыл, который вряд ли воспрепятствует малышу. Когда ребенок отреагирует на ваше «нет» соответствующим (желаемым для вас) образом, улыбнитесь ему или обнимите его и скажите что-нибудь позитивное: «Да!.. Ты, оказывается, очень здорово умеешь слушать!».

Мазнева Н.В., педагог-психолог
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего
вида №16 «Дюймовочка»