

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Аленький цветочек»

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ГРАЖДАН,
ПОЛУЧАЮЩИХ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
В РАМКАХ СЕМЕЙНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Советы родителям: как правильно говорить НЕТ!»**

Подготовил: Яковлева Н.В.
воспитатель

Перегребное- 2018



Родители знают, как трудно бывает отказать любимому малышу в его просьбах, и как не хочется расстраивать его отказами. В то же время мамы и папы понимают, что необходимо приучать ребенка к дисциплине. Однако дисциплина и вседозволенность – вещи несовместимые. Как быть? Как правильно

сказать ребенку нет?

Есть несколько способов корректного отказа, когда запрет не обидит и не расстроит малыша, но в то же время позволит родителям твердо настоять на своем решении. Давайте рассмотрим их подробнее.

Проявите твердость

Если вы запрещаете что-то ребенку, делайте это с серьезным лицом и уверенной интонацией в голосе, иначе он подумает, что вы дразните его или шутите.

Важный момент: если вы однажды что-то запретили, не меняйте своего решения в следующий раз. Понятно, что разрешить проще, но таким непостоянством вы даете ребенку ключ для манипулирования. Ребенок непременно заметит, в какой момент вы сдались, и поймет, как впоследствии можно на вас воздействовать.

Объясните причину запрета

Обязательно объясните причину запрета, чтобы ребенок понял, что ваше «нет» – это не прихоть: оно имеет логичное и убедительное объяснение.

Здесь родители получают сразу три плюса: не дают возникнуть конфликту, сохраняют доверие ребенка и учат его понимать причинно-следственные связи. Например, если малыш отказывается надевать на прогулку теплую шапку, объясните ему: на улице холодно – без шапки можно простудиться и заболеть, и, когда все дети будут играть на улице, ему придется лежать в постели и пить лекарства. Такое объяснение не только убедит ребенка, что нельзя выходить на улицу без шапки в холодную погоду, но и покажет, что вы его любите и беспокоитесь о его здоровье.

Не повышайте голос

Психологи установили, что если родители кричат на ребенка, запрещая ему что-либо, то у него возникает чувство вины. Причем малыш не понимает причин родительского гнева, но чувствует: раз взрослые повышают на него голос, значит, он в чем-то виноват. Со временем у него развивается установка «я плохой» и, как следствие, робость, замкнутость, нервозность. Так у ребенка формируется заниженная самооценка, а в дальнейшем может дело дойти и до хронической депрессии. Поэтому очень важно говорить ребенку нет спокойным, дружелюбным тоном – без раздражения и крика.

Не давайте ребенку скучать

Иногда причиной детского требования становится банальная скука и, соответственно, желание ребенка любой ценой привлечь к себе внимание родителей. Понятно, что вы не можете играть с ним целыми днями, но, даже занимаясь какими-то домашними делами, всегда можно найти время для

общения. А еще лучше – привлечь к ним ребенка, поручив ему посильную работу по дому. Таким образом, обычную рутинную уборку можно превратить в увлекательную игру и избавить ребенка от скуки.

Превратите «нет» в «да»

Взрослые по своему опыту знают, как неприятно получать отказ. А ребенок воспринимает его намного острее, и каждое родительское «нет» вызывает у него отрицательные эмоции: грусть, гнев, протест, слезы. Поэтому, отказывая, вовсе не обязательно делать это в категоричной форме. В некоторых случаях можно предложить ребенку компромисс. Например, если ребенок просит разрешения взять конфету или печенье, можно сказать ему: «Да, но только после того, как пообедаешь». Только не стоит злоупотреблять этим методом, так как со временем может возникнуть обратная картина: взрослеющий ребенок по примеру родителей тоже будет ставить условия. Например, на просьбу мамы сходить в магазин за продуктами подросток может ответить: «Схожу, но только если ты разрешишь мне гулять допоздна».

Предлагайте альтернативу

Возможность выбора – отличный способ отказа, не вызывающий у ребенка протеста и других негативных эмоций. В этом случае вы не просто отказываете в просьбе, а предлагаете что-то другое, не менее интересное. Например, если ребенок просит конфету, предложите ему яблоко, грушу или апельсин, объяснив, что фрукты такие же сладкие и вкусные, но более полезные, так как они не портят зубы и в них много витаминов.

Не давайте пустых обещаний

Если вы отказываете ребенку в покупке игрушки или какой-то вещи, обещая купить ее позже, никогда не забывайте о своем обещании, чтобы не потерять детское доверие. Лучше всего определить конкретный срок: ко дню рождения, в выходной, к празднику и т. д. И непременно купите, если пообещали.

Будьте едины во мнении с супругом

Часто дети, услышав «нет» от одного взрослого, идут с той же просьбой к другому, чтобы получить желаемое. Здесь родители и другие родственники должны быть единодушны: если один запретил, второй ни в коем случае не должен разрешать. Это, во-первых, приведет к конфликту между родителями, а во-вторых, приучит ребенка манипулировать ими, добиваясь желаемого.

Разумеется, разрешать всегда легче, чем запрещать: не нужно тратить время на объяснения, не надо придумывать альтернативные варианты. Но эта легкость может очень быстро приучить ребенка к вседозволенности, создавая серьезные проблемы и ему, и самим родителям.

Строго всё запрещать тоже плохо: забитый, неуверенный в себе тихоня, воспитанный на постоянных окриках и грубых запретах, – этот вариант для любящих родителей также неприемлем, поэтому им необходимо учиться правильно отказывать.



Спокойное общение на позитивном эмоциональном фоне сохранит в ваших отношениях любовь, взаимное доверие и уважение.

ТЕСТ Кем вас видит ваш ребенок?

Эксперты портала «Я-родитель» разработали тест для родителей, который поможет понять, кем видит вас собственный ребенок – другом,

тираном или слугой, и что следует изменить в отношениях с ним, чтобы достигнуть взаимопонимания.

[Пройти тест прямо сейчас!](#)

<http://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/sovety-roditelyam-kak-pravilno-govorit-net/>