

## Консультация для родителей

### Дети и родительские запреты

С первых дней своего сознательного детства каждый еще маленький человек наталкивается на ряд запретов: «Не бегай!», «Не трогай!», «Не бери в рот!», «Не кричи!», «Не капризничай!», «Пока не съешь — не выйдешь из-за стола». Что характерно, с возрастом, количество запретов должно было бы уменьшиться, но они наоборот растут, с небольшой лишь разницей в содержании.

Чаще всего родители запрещают ребенку что-либо делать, потому что хотят оградить его от опасности, что понятно и целесообразно. Но главное – помнить, что запреты без объяснения служат побуждающим фактором к действиям. Самая популярная реакция детей на запрет – действие наперекор воле родителей.

Например:

- «Вася, не беги так, упадешь!» (ребенок бежит еще быстрее и падает);
- «Не ешь конфеты до обеда» (ребенок тайком объедается конфетами и после отказывается от обеда).

#### ***Как же поступить, чтобы дети правильно реагировали на замечания и запреты родителей?***

Важно научиться правильно формулировать запрет, исключить из фразы частицу «не».

«Не беги» - «Иди тихонько»

«Не кричи!» - «Говори тише»

Необходимо объяснять, почему именно то или иное действие не стоит делать. Ведь запреты лучше воспринимаются ребенком, если они конкретны и ясны.

«В магазине веди себя тихо и спокойно, чтобы не мешать другим людям».

Ультимативный, яростный тон взрослого при установке запрета может напугать ребенка или вызвать в нем ответную агрессивную реакцию. Правильнее говорить негромким и дружелюбным голосом, чтобы ребенок спокойно реагировал на запрет.

Важны твердость и непоколебимость позиции родителя при запрете на какое-либо действие. Если запрет появился, то он должен работать всегда, а не от случая к случаю. Требования к ребенку должны быть одинаковыми у обоих родителей. Если один ввел запрет, то второму не следует его отменять. В семье, где используется метод «кнута и пряника» (один ругает, другой хвалит), ребенок, скорее всего, будет манипулировать родителями.

Поведение родителей – это образец поведения для ребенка. Зачем говорить, что в обуви ходить по квартире нельзя, если вы сами позволяете себе пройти (пусть даже «на цыпочках») в ботинках за телефоном или ключами.

Забываясь о безопасности ребенка, важно не переусердствовать. Лучше обезопасить все пути передвижения ребенка в квартире (заглушки, убранные на самый верх опасные предметы и пр.), чем каждые 5 минут кричать «нельзя».

И главное помните, что вы — мама/папа, а не диктатор. Прежде чем сказать «нельзя», задумайтесь — а вдруг все-таки можно?

Российский психолог Ю.Б. Гиппенрейтер в своей книге «Общаться с ребенком – Как?» предложила разделить все поле, определяющее поведение ребенка, на четыре зоны: зеленую, желтую, оранжевую и красную.

Зеленая зона – зона самостоятельной деятельности, где ребенок может выбирать и решать сам, что он будет делать. Например, выбрать, какую книгу почитать, в какие игры поиграть, кого пригласить к себе на день рождения и т.д.

Желтая зона включает те действия, в которых ребенку предоставляется относительная свобода. То есть он может выбирать, что ему делать, но в определенных границах.

Например, ему разрешается каждый день смотреть телевизор, но не более 1 часа и не позднее 9 часов вечера. Или самому решить, когда приступить к домашним заданиям, но работа должна быть закончена к 20 часам.

Оранжевая зона очерчивает те действия, которые разрешаются в случае особых обстоятельств. Например, отец возвращается после долгой командировки поздно вечером. Можно разрешить ребенку позже лечь спать и даже не пойти наутро в детский сад или в школу. Или: ребенок оказывается в стрессовой ситуации, связанной с переездом, болезнью или смертью кого-то из близких. Здесь важно подчеркнуть ребенку, что разрешение оправдано только исключительными обстоятельствами. Обычно дети хорошо понимают подобные ограничения и больше готовы соблюдать правила в обычных ситуациях.

Красная зона включает в себя действия, которые не являются приемлемыми никогда и ни при каких обстоятельствах. Здесь не может быть исключений из правил. Нельзя выбегать на дорогу, баловаться с огнем, обижать слабых, предавать друзей – от элементарных правил безопасности до моральных норм и социальных запретов.