



Это важное слово «НЕЛЬЗЯ»

Оказывается, даже впервые произнесенное слово "Нельзя" рождает в душе малыша протест, или просто негативные эмоции. У ученых есть этому несколько объяснений. Первое: память поколений, которые задолго до рождения ребенка накапливали неприязненные чувства по отношению к этому слову, лишаящему "свободы". И второе: родители, даже не задумываясь об этом, произносят слово "Нельзя!" в категоричном, порой угрожающем тоне, что и рождает в душе ребенка бунт и протест.

Значит ли это, что это слово должно навсегда исчезнуть из родительского лексикона?

Никому не хочется видеть свое чадо диким и необузданным, от которого окружающие шарахаются в сторону. Запреты обусловлены социально. Они необходимы, чтобы сделать возможным сосуществование множества людей, с их разными, иногда противоречивыми желаниями. По большому счету нельзя то, что причиняет вред (психологический или физический) самому человеку или его окружению. Все остальное - МОЖНО. К счастью, мир не делится только на "черное" и "белое".

Известный психолог Ю.Б. Гиппенрейтер в своей книге "Общаться с ребенком. Как?" описал четыре цветовые зоны поведения ребенка.

Зеленая зона - все, что разрешается делать ребенку по его собственному усмотрению. Например, в какие игрушки играть, когда сесть за уроки, в какой кружок записаться, с кем дружить и т.д.

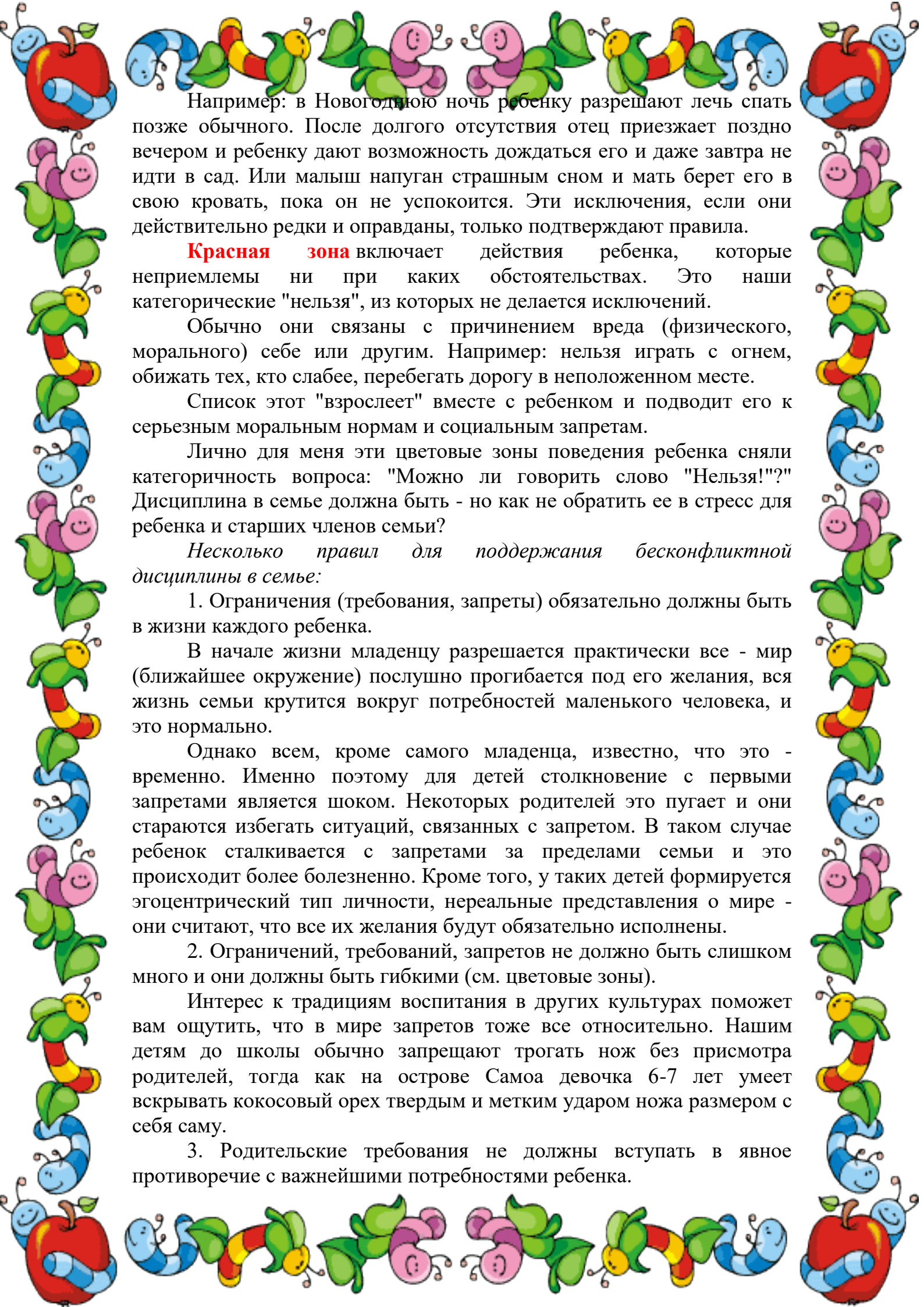
Желтая зона - в нее входят действия ребенка, в которых ему предоставляется относительная свобода. Ребенок может действовать по собственному выбору, но соблюдая некоторые правила.

Например: можно шлепать по лужам, но в резиновых сапогах, можно сесть за уроки, когда хочешь, но закончить работу к 8 вечера, можно гулять в своем дворе, но дальше не уходить.

Эта зона очень важна, т.к. именно здесь ребенок приучается к внутренней дисциплине по механизму извне - внутрь.

Если ребенок понимает смысл ограничений и принимает их без конфликтов, то со временем эти ограничения становятся его собственными, запрет со стороны взрослого превращается в самозапрет.

Оранжевая зона включает такие действия ребенка, которые в общем не приветствуются, но ввиду особых обстоятельств сейчас допускаются.



Например: в Новогоднюю ночь ребенку разрешают лечь спать позже обычного. После долгого отсутствия отец приезжает поздно вечером и ребенку дают возможность дождаться его и даже завтра не идти в сад. Или малыш напуган страшным сном и мать берет его в свою кровать, пока он не успокоится. Эти исключения, если они действительно редки и оправданы, только подтверждают правила.

Красная зона включает действия ребенка, которые неприемлемы ни при каких обстоятельствах. Это наши категорические "нельзя", из которых не делается исключений.

Обычно они связаны с причинением вреда (физического, морального) себе или другим. Например: нельзя играть с огнем, обижать тех, кто слабее, перебежать дорогу в неположенном месте.

Список этот "взрослеет" вместе с ребенком и подводит его к серьезным моральным нормам и социальным запретам.

Лично для меня эти цветные зоны поведения ребенка сняли категоричность вопроса: "Можно ли говорить слово "Нельзя!""? Дисциплина в семье должна быть - но как не обратить ее в стресс для ребенка и старших членов семьи?

Несколько правил для поддержания бесконфликтной дисциплины в семье:

1. Ограничения (требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.


В начале жизни младенцу разрешается практически все - мир (ближайшее окружение) послушно прогибается под его желания, вся жизнь семьи крутится вокруг потребностей маленького человека, и это нормально.

Однако всем, кроме самого младенца, известно, что это - временно. Именно поэтому для детей столкновение с первыми запретами является шоком. Некоторых родителей это пугает и они стараются избегать ситуаций, связанных с запретом. В таком случае ребенок сталкивается с запретами за пределами семьи и это происходит более болезненно. Кроме того, у таких детей формируется эгоцентрический тип личности, нереальные представления о мире - они считают, что все их желания будут обязательно исполнены.

2. Ограничений, требований, запретов не должно быть слишком много и они должны быть гибкими (см. цветные зоны).

Интерес к традициям воспитания в других культурах поможет вам ощутить, что в мире запретов тоже все относительно. Нашим детям до школы обычно запрещают трогать нож без присмотра родителей, тогда как на острове Самоа девочка 6-7 лет умеет вскрывать кокосовый орех твердым и метким ударом ножа размером с себя саму.

3. Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.



Обилие запретов со стороны родителей мешают личностному росту, физическому и психическому развитию малыша. Детская активность - это реализация очень важной для развития ребенка потребности в освоении пространства, познании, формировании представлений о себе самом через опробование своих сил. Нормального здорового ребенка интересует что будет, если сначала поест, а потом наклониться вниз головой - куда пойдет еда - вниз или вверх? Смогу ли я залезть на это дерево или нет? Что находится внутри будильника или радио? Некоторые из детей удовлетворяются задаванием взрослым вопросов, другим же надо испробовать все на практике...

Чрезмерная забота о безопасности, стремление "подстелить соломки, чтобы мягче было падать" в конечном счете вредит ребенку. Например, желание удержать его около себя, навязчивое сопровождение при любых перемещениях вне дома лишает ребенка ценности самостоятельных открытий, привычки опираться только на себя, умения разумно рисковать.

Ограничения потребности ребенка в творчестве и исследовании приводят к тому, что малыш постоянно скучает, не знает, как себя занять без взрослых. Могут быть и невротические проявления: ночные кошмары, энурез или заикание.

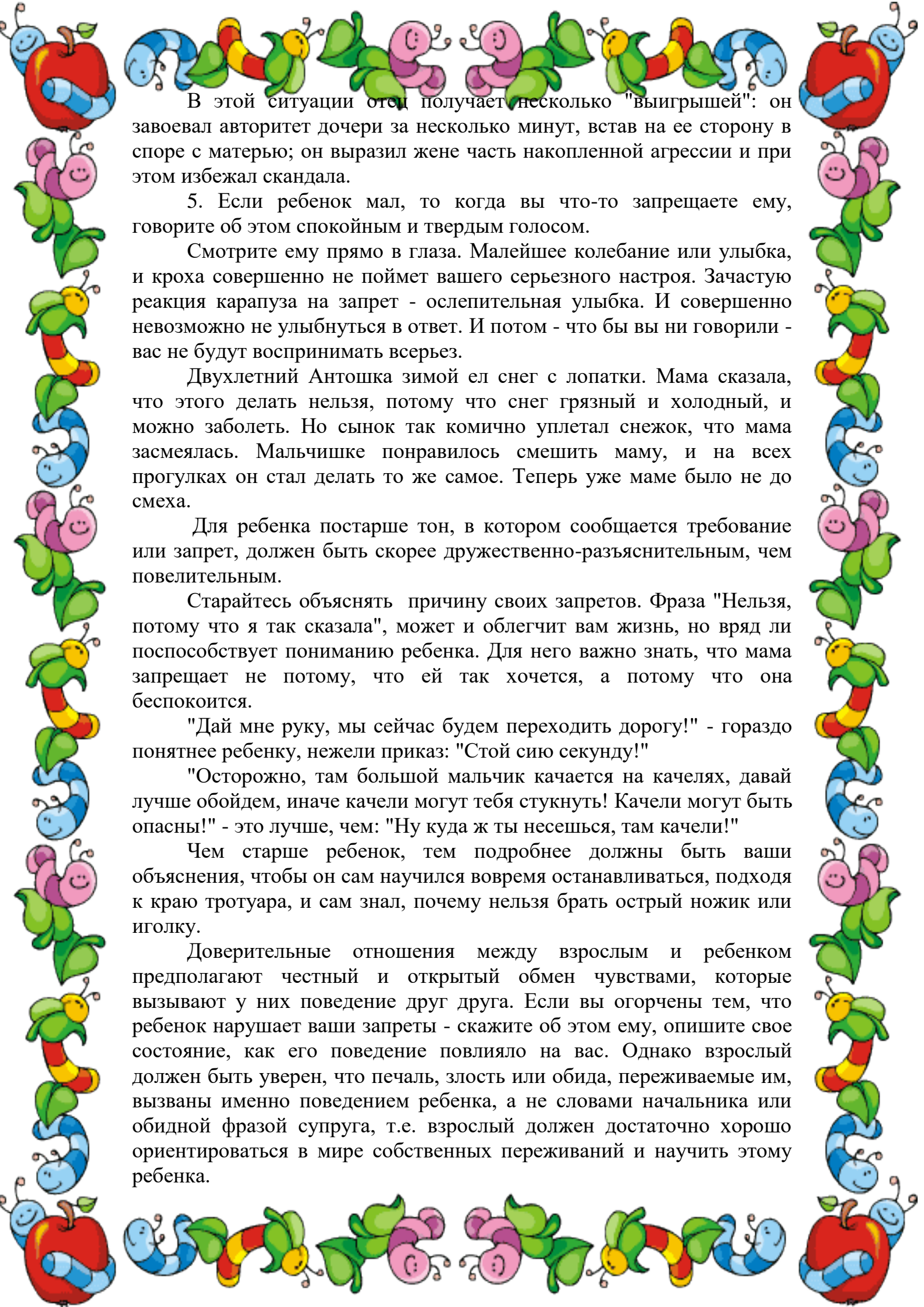
Вместо того, чтобы ругать ребенка, который исследует мир, за то, что он копает песок прямо руками, да еще стоя на коленках, просто заведите ему такую одежду, в которой можно играть спокойно. Весной и осенью юным исследователям очень пригодятся непромокаемые штаны или даже комбинезон и резиновые сапожки - и пусть шлепает по лужам сколько угодно! Если вас очень беспокоит, что у ребенка после прогулки грязные руки, захватите с собой на улицу упаковку влажных салфеток, и сможете вытереть руки ребенку, когда это будет нужно.

4. Правила, ограничения, требования, запреты должны быть согласованы между собой (как в рамках высказываний одного взрослого, так и между всеми взрослыми членами семьи, занимающимися воспитанием ребенка).

Если отношения между членами семьи не совсем гармоничны, то запретами манипулируют не для безопасности ребенка, а для получения психологического выигрыша, и ребенок становится жертвой противоречивых "нельзя - можно".

- Нельзя надевать новые туфли во двор, ты их испачкаешь,- говорит мама дочери.

- Можно, можно!- вещает папа, который чем-то недоволен, но не хочет затевать открытого скандала с женой, и не упускает возможности уколоть ее посредством ребенка, - Пусть девочка покрасуется.



В этой ситуации отец получает несколько "выигрышей": он завоевал авторитет дочери за несколько минут, встав на ее сторону в споре с матерью; он выразил жене часть накопленной агрессии и при этом избежал скандала.

5. Если ребенок мал, то когда вы что-то запрещаете ему, говорите об этом спокойным и твердым голосом.

Смотрите ему прямо в глаза. Малейшее колебание или улыбка, и кроха совершенно не поймет вашего серьезного настроения. Зачастую реакция карапуза на запрет - ослепительная улыбка. И совершенно невозможно не улыбнуться в ответ. И потом - что бы вы ни говорили - вас не будут воспринимать всерьез.

Двухлетний Антошка зимой ел снег с лопатки. Мама сказала, что этого делать нельзя, потому что снег грязный и холодный, и можно заболеть. Но сынок так комично уплетал снежок, что мама засмеялась. Мальчишке понравилось смешить маму, и на всех прогулках он стал делать то же самое. Теперь уже маме было не до смеха.

Для ребенка постарше тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

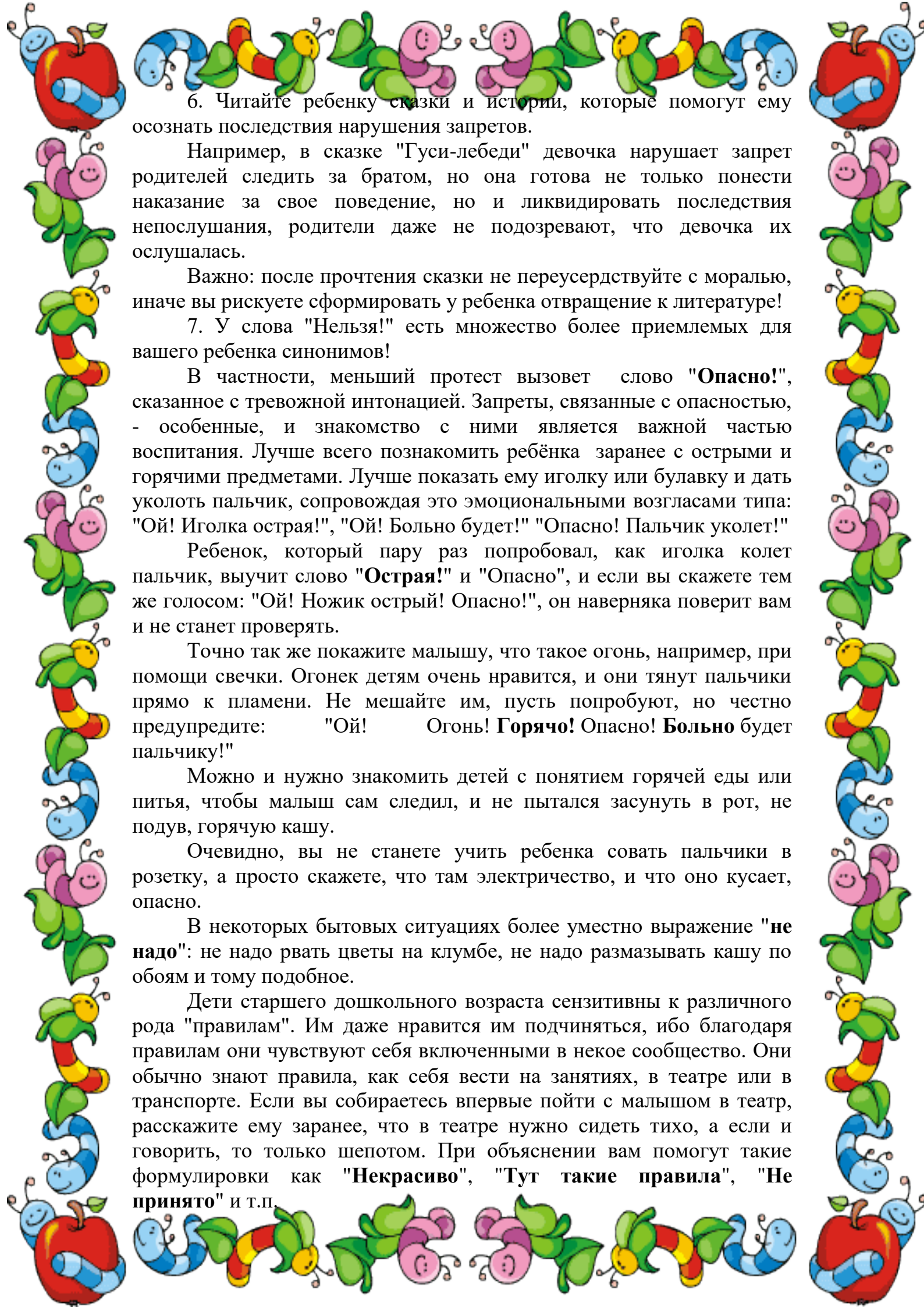
Старайтесь объяснять причину своих запретов. Фраза "Нельзя, потому что я так сказала", может и облегчит вам жизнь, но вряд ли поспособствует пониманию ребенка. Для него важно знать, что мама запрещает не потому, что ей так хочется, а потому что она беспокоится.

"Дай мне руку, мы сейчас будем переходить дорогу!" - гораздо понятнее ребенку, нежели приказ: "Стой сию секунду!"

"Осторожно, там большой мальчик качается на качелях, давай лучше обойдем, иначе качели могут тебя стукнуть! Качели могут быть опасны!" - это лучше, чем: "Ну куда ж ты несешься, там качели!"

Чем старше ребенок, тем подробнее должны быть ваши объяснения, чтобы он сам научился вовремя останавливаться, подходя к краю тротуара, и сам знал, почему нельзя брать острый ножик или иголку.

Доверительные отношения между взрослым и ребенком предполагают честный и открытый обмен чувствами, которые вызывают у них поведение друг друга. Если вы огорчены тем, что ребенок нарушает ваши запреты - скажите об этом ему, опишите свое состояние, как его поведение повлияло на вас. Однако взрослый должен быть уверен, что печаль, злость или обида, переживаемые им, вызваны именно поведением ребенка, а не словами начальника или обидной фразой супруга, т.е. взрослый должен достаточно хорошо ориентироваться в мире собственных переживаний и научить этому ребенка.



6. Читайте ребенку сказки и истории, которые помогут ему осознать последствия нарушения запретов.

Например, в сказке "Гуси-лебеди" девочка нарушает запрет родителей следить за братом, но она готова не только понести наказание за свое поведение, но и ликвидировать последствия непослушания, родители даже не подозревают, что девочка их послушалась.

Важно: после прочтения сказки не переусердствуйте с моралью, иначе вы рискуете сформировать у ребенка отвращение к литературе!

7. У слова "Нельзя!" есть множество более приемлемых для вашего ребенка синонимов!

В частности, меньший протест вызовет слово "**Опасно!**", сказанное с тревожной интонацией. Запреты, связанные с опасностью, - особенные, и знакомство с ними является важной частью воспитания. Лучше всего познакомить ребёнка заранее с острыми и горячими предметами. Лучше показать ему иголку или булавку и дать уколоть пальчик, сопровождая это эмоциональными возгласами типа: "Ой! Иголка острая!", "Ой! Больно будет!" "Опасно! Пальчик уколется!"

Ребенок, который пару раз попробовал, как иголка колет пальчик, выучит слово "**Острая!**" и "Опасно", и если вы скажете тем же голосом: "Ой! Ножик острый! Опасно!", он наверняка поверит вам и не станет проверять.

Точно так же покажите малышу, что такое огонь, например, при помощи свечки. Огонек детям очень нравится, и они тянут пальчики прямо к пламени. Не мешайте им, пусть попробуют, но честно предупредите: "Ой! Огонь! **Горячо!** Опасно! **Больно** будет пальчику!"

Можно и нужно знакомить детей с понятием горячей еды или питья, чтобы малыш сам следил, и не пытался засунуть в рот, не подув, горячую кашу.

Очевидно, вы не станете учить ребенка совать пальчики в розетку, а просто скажете, что там электричество, и что оно кусает, опасно.

В некоторых бытовых ситуациях более уместно выражение "**не надо**": не надо рвать цветы на клумбе, не надо размазывать кашу по обоям и тому подобное.

Дети старшего дошкольного возраста сензитивны к различного рода "правилам". Им даже нравится им подчиняться, ибо благодаря правилам они чувствуют себя включенными в некое сообщество. Они обычно знают правила, как себя вести на занятиях, в театре или в транспорте. Если вы собираетесь впервые пойти с малышом в театр, расскажите ему заранее, что в театре нужно сидеть тихо, а если и говорить, то только шепотом. При объяснении вам помогут такие формулировки как "**Некрасиво**", "**Тут такие правила**", "**Не принято**" и т.п.



8. Всегда стойте на своем. Будьте последовательны в своих требованиях.

Если вы однажды что-то запретили ребенку, как бы он ни капризничал, не поддавайтесь. Малыш должен понять, что если мама сказала "нет!", никакие истерики не помогут. Ребенок не раз будет проверять вас "на слабо".

Элементарный пример: мама маленькой Светы не разрешила ей играть с мобильным телефоном. Светочка упала на пол и отчаянно задрыгала ногами. Мама терпела эту истерику несколько минут, а потом сдалась. Запреты на девочку перестали действовать: чуть что, она добивается своего таким вот некрасивым способом. Что делать в такой ситуации? Если ваш малыш повел себя аналогичным образом, спокойно уйдите в другую комнату. Скорее всего, эта работа на публику сразу прекратится и вряд ли повторится, ведь кроха уже понял, что такой прием не действует. Вы ушли, а этот "концерт по заявкам" не прекращается? Постарайтесь просто отвлечь ваше чадо и переключить его внимание на что-то другое.

9. Прием переключения внимания: "Можно, но не сейчас", а также "Можно, но не здесь".

Здесь шуметь нельзя, но можно выйти в коридор и там пошуметь.

На книжке рисовать нельзя, но можно рисовать на бумаге для рисования. Вот, давай нарисуем машинку!

Книжки рвать нельзя, а рекламные газеты - можно.

Мальчика бить нельзя, а можно постучать лопаткой по краю песочницы.

Здесь кричать нельзя, здесь малыш в коляске спит, но можно уйти в лес и там покричать!

Сладкое тебе нельзя, доктор не разрешил, зато можно яблочко.

10. Лучший метод воспитания - пример взрослого!

Например, если мама не мусорит на улице, то вероятно ее сын также не бросит обертку от конфеты где попало, а донесет ее до ближайшей урны.

Если запрещаете ребенку переходить дорогу на красный свет, а затем сами вместе с ним нарушаете этот запрет, не надейтесь, что в ваше отсутствие ребенок будет примерным пешеходом.

