

Родительские запреты. Как договориться с ребенком?



Очень часто родители спрашивают меня, как сделать для ребенка какое-либо ограничение или запрет. Например, как объяснить ребенку, что смотреть мультики слишком долго это вредно, а собирать игрушки после игры нужно регулярно, а чистить зубы – вообще очень нужное занятие по утрам! Как сделать это мягко и безболезненно и главное понятно для ребенка?

Правила родительских запретов

1. Однозначность. Дети понимают слова более буквально, чем взрослые. Кроме того, они крайне чувствительны к так называемому невербальному компоненту речи: нашим интонациям и мимике, а именно они в первую очередь выдают любую фальшь. Вот почему они зачастую оказываются гораздо проницательнее взрослых. Поэтому, подбирайте четкие и простые, а значит понятные для ребенка формулировки.

2. Непротиворечивость. Запрет не должен противоречить другим запретам. Помните, что вы в ответе за каждый запрет, соблюдения которого вы требуете. Чем запретов больше, и чем они бессмысленнее, соответственно, тем меньшей силой они обладают. Запрет не должен противоречить здравому смыслу. Никогда не говорите что-либо вроде: «Нельзя кричать» или «Никогда не прикасайся к моим вещам». Соблюдать всегда такие правила невозможно, и как это сделать просто непонятно для ребенка. Рано или поздно такое правило будет нарушено.

3. Ясность. Запрет должен быть понятен ребенку. Детям постарше необходимы ясные объяснения всех запретов, иначе они воспримут их как оскорбление и наступление на свободу их личности. Особенно это касается тех запретов, от которых зависят здоровье и жизнь ребенка. Сами по себе такие запреты неочевидны, поэтому стоит объяснять на доступном ребенку языке, что будет, если запрет нарушить и что за этим последует.

4. Последовательность. Решите для начала, где находится тот предел, за которым ваши силы заканчиваются. Невозможно быть последовательным, если запрещать ребенку всё подряд (или разрешать): вы очень быстро устанете и махнете на все рукой. Чтобы вы могли придерживаться однажды введенных правил и призывать чадо к порядку, запретов не должно быть слишком много, но те, что есть, не должны нарушаться, и вы должны быть в этом последовательны. Дети примерно до 3 лет воспринимают любой запрет как нечто, напрямую связанное с личностью родителя. Поэтому-то они часто и нарушают хорошо известные им запреты, лишь только вы покинули комнату. И единственное, что вам остается — это, вернувшись, повторить их снова и снова.

5. Солидарность обоих родителей. Когда папа и мама согласны друг с другом в основных вопросах, ребенок получает от них непротиворечивую картину мира и растет уверенным в себе и окружающих. Если же папа говорит одно, а мама — другое, (а бабушка – третья) ребенок оказывается вынужден как-то соединять в своем уме родительские послания. Он может это сделать ценой внутреннего конфликта и «угодить обоим», либо — выбирать то, что ему больше по душе, и манипулировать родителями в своих интересах, или просто игнорировать все правила.

6. Твердость. Часто дети не согласны с правилами и ограничениями и открыто протестуют против них. Проявите твердость, ведите себя решительно но спокойно и доброжелательно. Дайте ребенку «выпустить пар», поплакать, иногда даже обидеться. Ребенку необходимо какое-то время, что бы принять запрет. Настаивая на своем, старайтесь не злиться, тем более — не пытайтесь вести себя «мстительно» или «на зло». Просто делайте то, что считаете нужным. Если малыш расстроен, пожалейте его, скажите, что вы понимаете его. Если вы дадите ему понять, что он, излив на вас свой гнев, совершил нечто ужасное, вы заставите его чувствовать себя виноватым, а это — лишний эмоциональный груз, который ребенок нести вовсе не должен.

7. Честность. Смотрите на вещи реально. Прежде чем «издать новый указ», отдайте себе отчет в том, почему вы это делаете. Каждый свежее испеченный вами запрет – возможно, это новая мелкая «травма» для малыша. Ребенок всем своим

существом чувствует ваши истинные мотивы, даже если пока не осознает этого. Открыто и честно объясните, почему новое правило появилось в вашей семье.

8. Уважение к мотивам поступка. Всегда старайтесь встать на позиции ребенка и понять, почему он совершил тот или иной проступок. Оправдывая мотив ребенка, вы позволяете ему принять запрет — с пониманием, а наказание — с достоинством. Малыш вовсе не плох, но он совершил плохой поступок. Если вы спутаете для себя эти две вещи, вы дадите понять ребенку, что он не достоин вашей любви. Наказывать, не унижая, удастся тем папам и мамам, которые не допускали и мысли, что ребенок совершил свое «злодеяние» намеренно.

педагог-психолог Коробенкова О.В.