



Как правильно запрещать (Стратегии поведения родителей)

Безопасность ребенка – одно из главных условий его жизнедеятельности. Задача родителей – оградить ребенка от потенциальных опасностей и предупредить о существующих.

Существуют три стратегии поведения родителей, которые связаны с безопасностью ребенка.

Первая стратегия – оберегать ребенка любыми способами от различных опасностей. Родители действуют по принципу «знаю, где упадет и постелю соломинку». Последствия: ребенок растет несамостоятельным. Он не умеет определять степень опасности и не знает, как реагировать на нее.

Вторая стратегия – предупреждать с расчетом на инстинкт самосохранения ребенка. «Не ходи – упадешь!» – говорят родители. Последствия: ребенок станет боязливым, будет воспринимать все вокруг как опасное и непреодолимое.

Третья стратегия – определить границы и показать способы реагирования в той или иной ситуации. «Предупрежден значит вооружен!» – именно этому принципу следуют родители, которые придерживаются этой стратегии. В этом случае ребенок получает личный опыт и может самостоятельно определить степень опасности, овладевает навыками реагирования на сложившиеся обстоятельства.

Таким образом, при первой стратегии поведения родителей есть вероятность, что, став взрослым, ребенок так и не научится определять степень опасности и правильно на нее реагировать. При второй стратегии – у ребенка могут возникнуть страхи, которые помешают ему адекватно воспринимать опасность. Третья стратегия – наиболее эффективная. Родители, которые ей следуют, дают возможность ребенку самому понять ситуацию и выбрать правильный способ реагирования на нее.

Российский психолог Юлия Борисовна Гиппенрейтер предложила разделить запреты на зоны: зеленую, желтую, оранжевую и красную.

В зеленую зону входит то, что ребенок может делать по собственному желанию, в отношении чего он имеет полную свободу выбора – куда пойти, чем заняться, с кем дружить, что надеть.

В желтой зоне находятся действия ребенка, в которых ему предоставляется относительная свобода. То есть он сам может принять решение, соблюдая определенные правила. *Например, можно гулять в своем дворе, но дальше не уходить; можно гулять по лужам, но в резиновых сапогах.* Важность данной зоны в том, что именно здесь ребенок приучается к внутренней дисциплине. Родители на первых этапах помогают ребенку быть осмотрительным и учиться сдерживать себя при помощи установленных правил. Постепенно ребенок привыкает к новым правилам и принимает их при условии, что родители проявляют уважение к чувству свободы и

самостоятельности ребенка. Так дети легче воспринимают родительские ограничения.

В оранжевой зоне находятся действия ребенка, которые при особых обстоятельствах могут быть разрешены. *Например, можно чуть дольше посмотреть телевизор или поиграть в компьютерные игры в выходные дни.*

В красной зоне находятся неприемлемые ни при каких обстоятельствах действия ребенка – наши категорические «нельзя»: нельзя бить, кусаться, ломать игрушки, обижать маленьких, открывать дверь чужим людям; разговаривать и уходить с незнакомцами.

Итак, как правильно запрещать.

- Первое – все, что опасно для жизни, однозначно «нельзя»!
- Второе – если запрещаете, то приводите аргументы. Ребенок научится понимать причинно-следственную связь запретов. Если много раз без объяснений повторить «нельзя», ребенок может уступить вам. Но как только вы будете вне поля зрения, ребенок нарушит запрет из-за любопытства. Ведь ему не объяснили, почему этого делать не стоит. В данном случае хорошо, если вы на примере покажите ребенку, что будет, если он нарушит запрет.
- Третье – если запрещаете, то предложите альтернативу. Ребенок лучше воспринимает запреты, когда взрослый может предложить другие варианты. Например: «Рисовать на обоях нельзя, а вот на ватмане или мольберте сколько хочешь. Пойдем вместе нарисуем что-нибудь». Таким образом, вы переключаете внимание ребенка на другой объект, и в то же время он поймет, что его свободу не ограничили и его мнение ценят.
- Четвертое – запретов не должно быть слишком много. Если вы часто употребляете слова «нет» и «нельзя», ребенок перестает их воспринимать. Он будет либо протестовать и устраивать истерики, либо возложит все полномочия по решению различных ситуаций на ваши плечи и перестанет проявлять личную инициативу. Кроме того, при частом повторении «нет» теряется ценность подобных слов – запрет перестает нести определенную значимость, и ребенок начинает пренебрегать им, игнорировать.
- Пятое – если вы что-то запретили, то не отменяйте свой запрет, не поддавайтесь на просьбы и обещания ребенка, его протесты и ухищрения. Будьте последовательными. Это необходимо для того, чтобы ребенок понял, что к мнению взрослого нужно прислушиваться. Если вы будете колебаться, поменяете свое решение, для него будет непонятно, почему вчера «было можно», а сегодня «нельзя». В дальнейшем ребенок будет воспринимать запреты неоднозначно, а авторитет взрослого в его глазах начнет падать.
- Шестое – когда что-то запрещаете ребенку, оставайтесь спокойными, контролируйте себя. Ведь ребенок определяет и оценивает ситуацию вашими эмоциями. Раздраженный и громкий голос помешает ему запомнить запрет и его причины. А положительные эмоции не позволят воспринять ограничения всерьез. Потому все запреты проговаривайте без лишней эмоциональной окраски, в спокойном, но требовательном тоне. Так ребенок лучше поймет и примет, что запрет это не родительская прихоть, а естественное ограничение.

- Седьмое – запрещайте, но будьте справедливыми. Для начала обсудите запреты в семейном без присутствия ребенка. Всем членам семьи необходимо договориться о поведении и правилах в определенных ситуациях и в дальнейшем придерживаться единой позиции. Но главное правило – большинство запретов справедливо для всех. Ситуации, когда то, что запрещено ребенку, разрешено взрослому, необходимо разьяснять.