

## **Консультация: «Несколько правил, как сказать «нет»**

Когда вам нужно отказать ребенку в его просьбе, важно, чтобы ваше «нет» было аргументировано. Если сыну или дочери будет не ясна причина отказа, есть вероятность, что вам придется уступить.

Правила, благодаря которым вы научитесь говорить «нет» своим детям:

- Продумайте аргументы и будьте серьезны.

Чтобы отказ был воспринят детьми серьезно, вам стоит привести несколько аргументов, почему вы говорите «нет». Вы сами должны быть убеждены в своем решении отказать, иначе, почувствовав нерешительность в вашем голосе, ребенок усилит давление. Помните, вам нельзя менять свою позицию на противоположную. Если сказано «нет», стойте на своем – говорить «да» вы уже не имеете права. Если вы нарушите это правило однажды, ребенок в следующий раз не воспримет отказ всерьез.

- «Нет» - слово с особым смыслом.

Слово «нет» должно приобрести в вашей семье особый смысл и ценность. Услышав его от родителей, ребенок должен понимать – это не обсуждается, дальнейшие попытки что-то доказать, просить или спорить бесполезны. Чтобы родительское «нет» приобрело для ребенка такое значение, нужно постоянно прилагать усилия. Для начала перестаньте говорить его слишком часто, произносите его в исключительных случаях. Приняв решение отказать детям в чем-то, подумайте, нельзя ли обойтись без запрета? Если вы постоянно запрещаете, говорите часто «нет», дети перестанут воспринимать ваши отказы. Постарайтесь обходиться без них как можно чаще. Ведь вместо запрета иногда достаточно предостеречь ребенка. Например, если малыш взял в руки ножницы для того чтобы вырезать что-то из бумаги, можно сказать: «Можешь повырезать фигурки, но будь осторожен, ножницы острые, ими легко пораниться». Попробуйте проанализировать самих себя – посчитайте, сколько раз за день вы могли обойтись без запретов?

- В семье все имеют единое мнение.

Ваш отказ ребенку не должен быть никем отменен. Если вы не разрешили сыну или дочери взять какую-то вещь или отказали в покупке, будет правильно, если другие члены семьи поступят так же. Рассмотрим такую ситуацию – ребенок попросил папу купить новую машинку, но отец отказал. После этого малыш идет к бабушке или к маме в надежде получить желаемое от них. В этом случае родные должны сохранить единую позицию, что «нет» означает «нет». Если же мама и бабушка пойдут на поводу у ребенка, тогда

начнутся проблемы в воспитании. Папа в глазах сына или дочери станет плохим, а мама хорошей.

- Не аргументируйте отказ в покупке дороговизной.

Отказав малышу в покупке новой игрушки, на которую сейчас нет денег, не стоит объяснять ему, что она стоит слишком дорого. Маленькие дети этого не поймут, у них таких понятий, как дорого и дешево, не существует. Лучше просто скажите «нет» или попытайтесь найти другое объяснение, почему вы не купите игрушку.

- Договаривайтесь с детьми и избегайте провокаций.

Даже с малышами почти всегда можно найти способ договориться, причем иногда сделать это намного проще, чем отказать. Если кроха попросил купить ему дорогую игрушку, а нужной суммы денег у вас нет, попробуйте договориться с ним о том, чтобы купить ее позже. Почему бы не сказать так: «Сынок, я уже потратил почти все деньги, которые мы взяли с собой. Давай попросим дедушку Мороза подарить тебе этот конструктор на Новый год. А пока мы можем купить тебе вот эту машинку». Ребенок в большинстве случаев ответит согласием, да и вам не придется придумывать, какой подарок готовить к Новому году.

Родители часто сами создают ситуации, провоцирующие ребенка, а ведь многих отказов можно было бы избежать. Если вы что-то не разрешаете детям, к примеру, кушать много сладостей, просто спрячьте их подальше, где ребенок их не увидит. Старайтесь не ходить в магазин игрушек вместе с детьми, чтобы не провоцировать их. Поступая так, вам не придется часто отказывать ребенку в его просьбах.