

Что можно и что нельзя запрещать ребенку

Какое слово вы чаще говорите вашему малышу – «ДА» или «НЕТ»? Оба очень важны для воспитания и развития: «да» дает ощутить вкус свободы, почувствовать доверие к жизни и веру в собственные силы, «нет» – устанавливает границы.



Многим из нас научиться разрешать проще, чем научиться правильно запрещать. Одним не хочется выглядеть тиранами, другие против давления на детей родительским авторитетом, третьи просто перекалдывают «строгую» часть воспитания на второго родителя. Некоторое время назад в моде был так называемый «японский подход» к воспитанию, следуя которому родители намеренно избегали запрещать ребенку что бы то ни было до 5 лет. Большинство мам и пап, детям которых сейчас 13–15 лет, изрядно поэкспериментировав с разными воспитательными методиками, поголовно пришли к выводу: говорить ребенку «нет» необходимо. Не существует одной идеальной системы воспитания для всех, каждая семья сама решает, что разрешать и что запрещать ребенку. Например, для одних пускать ребенка к себе в постель – табу, для других семейная кровать, наоборот, часть домашнего уклада. К «плохим словам» в одних семьях относятся очень строго, в других – философски. Однако определенные ориентиры существуют.

Дети обязательно должны знать, что делать можно и чего делать нельзя, иначе им будет сложно справляться с бурей собственных импульсов и желаний. Что запрещать, что разрешать – в каждой семье решают по-своему. Но ориентиры все-таки существуют.

Нет, нельзя БИТЬ ДРУГИХ. Двухлетки легко огорчаются, играя рядом с другими детьми, и еще не имеют достаточного словарного запаса, чтобы выразить свои эмоции. Агрессивные проявления в этом возрасте нормальны, но это не значит, что взрослые не должны обращать на них внимания. Обязательно остановите ребенка, если он толкается, кусается или затевает драку с другими детьми. Не разрешайте вашему малышу бить или щипать вас и других взрослых. Не оставляйте без внимания жестокое обращение с котенком или собакой. Научить человека выражать чувства и эмоции цивилизованным способом – целая наука. Для начала просто спокойно и твердо остановите ручку малыша, затем, глядя ему в глаза, скажите: «Нельзя бить других». Научитесь сами и научите ребенка «выпускать пар», колотя подушку, черкая на листе бумаги или бросая камешки в пруд. Повторяйте снова и снова: «Люди не дерутся. Они договариваются». Нет смысла стыдить или обзывать ребенка – это не поможет ему справиться с инстинктами. Важно не читать нотации, а объяснять, приводить примеры из жизни, рассказывать истории и не забывать дать ребенку высказаться! Детская агрессия почти всегда говорит о том, что ребенку нужно больше внимания.

Нет, нельзя БРАТЬ БЕЗ СПРОСА ЧУЖИЕ ВЕЩИ. В более широком смысле – нельзя распоряжаться тем, что принадлежит не тебе: отбирать силой игрушки у другого ребенка, пачкать и рвать чужую одежду, запихивать в рот в магазине продукты, которые взрослые еще не оплатили. Не стоит думать, что для ребенка недоступно понимание грани между своим и чужим. Спокойно и доброжелательно попросите вернуть вещь владельцу! Предлагайте поставить себя на место ребенка, чью любимую игрушку испортили. Объясняйте, что вы не можете присвоить чужой дом или машину, как бы они вам ни нравились, потому что взрослые, которые берут чужие вещи, оказываются в тюрьме. Важно говорить о таких серьезных вещах с ребенком с глазу на глаз, в спокойной обстановке, а не отчитывать его публично в песочнице.



Нет, нельзя НЕ ЗДОРОВАТЬСЯ. Объясняйте малышу, что не отвечать на слова приветствия и прощания – грубо. Пусть ребенок как можно раньше познакомится с понятиями «вежливый человек», «знак уважения». Говорите о сложных вещах даже с маленьким ребенком: возможно, вам только кажется, что он вас не понимает. Самый эффективный метод – личный пример, поэтому не забывайте пожелать малышу доброго утра, извиниться, если поступили несправедливо, поблагодарить за помощь. Некоторым детям трудно преодолеть застенчивость, другие предпочитают упрямо делать вид, что никого, кроме членов семьи, не замечают. Одним детям легче усвоить социальные навыки, другим сложнее, но учить надо и тех и других!

НЕТ, нельзя ДАЛЕКО УХОДИТЬ ОТ МАМЫ. Для дошкольника это главное правило безопасности. Настаивайте, чтобы малыш спрашивал разрешения, прежде чем куда-то пойти. На прогулке, особенно в новом месте, определите, куда ребенок может пойти и куда он не должен уходить без вас. Убедитесь, что малыш вас понял.

Да, можно ИГРАТЬ С ПОСУДОЙ. Речь не идет обо всей посуде, которая есть в доме. Дорогой фарфор и коллекцию кухонных ножей стоит разместить подальше от пола. А вот пластиковые контейнеры и подносы, венчик и поварешка, деревянные лопатки и кастрюли с крышками могут стать самыми полезными развивающими игрушками для малыша. При виде карапуза, тянущего из кухонного шкафа стопку сковородок, большинству из нас захочется крикнуть: «Не трогай!» Эту короткую фразу мы сами слишком часто слышали в детстве, чтобы она перестала автоматически воспроизводиться безо всяких усилий с нашей стороны. Но трудно только вначале. Знаменитые авторитеты в области детского развития настоятельно рекомендуют детям: «Трогай! Как можно больше и чаще

сжимай в руках, стучи, перекладывай из руки в руку, тереби, тяни, рви и мни». Ворох старых газет займет малыша не хуже, чем самая дорогая игрушка, а тазик с крупой для него не менее привлекателен, чем ваш телефон.

Да, можно СПАТЬ СО СВЕТОМ. Вы гордились тем, что ваш ребенок чуть ли не с рождения спит в своей кроватке в полной темноте, и вдруг в 4 года он начал просить не выключать на ночь свет в его комнате. Капризы? Или он регрессирует? Ни то ни другое. В 4 года дети начинают просыпаться среди ночи, потому что видят страшные сны. В этом возрасте малыш психологически отделяется от мамы, и ночные кошмары, в которых фантазия и реальность переплетаются в неожиданной форме, – часть платы за автономию. Если в комнате будет светить ночник, при пробуждении ребенок сможет увидеть, что напугавшего его чудовища в комнате нет, успокоиться и заснуть снова. Есть мнение, что спать со светом вредно, так как при этом нарушаются естественные фазы сна, что вредит работе мозга. Поэтому, решая оставлять свет в детской, скажите себе, что это временная уступка, и примите другие меры, чтобы помочь ребенку спать спокойно. За час до сна или около того выключайте телевизор. В любое время дня старайтесь оградить его от «взрослых» телепрограмм и компьютерных игр. Избегайте грустных и страшных сказок с плохим концом. Ставьте перед сном спокойную тихую музыку.



Да, можно НЕ ДОЕДАТЬ СУП. Бабушка, скорее всего, будет против, и от вас потребуются твердость, чтобы заявить раз и навсегда, что «Общество чистых тарелок» обойдется без вашего членства в нем, тем более что размеры порций и количество блюд – вопрос дискуссионный. Не превращайте обед в пытку! Не старайтесь отвлечь ребенка мультиком и впихнуть в него хитростью «сколько влезет» полезной еды. Польза будет, если малыш будет жевать не спеша,

почувствует вкус, получит удовольствие от запаха и цвета еды, станет воспринимать семейный обед не как загрузку калорий и витаминов, а как приятный ритуал. Важно не заставлять съедать все до крошки и не позволять «перекусы» в течение дня. Если дети участвуют в приготовлении пищи с самого раннего возраста, едят за одним столом со взрослыми, им предлагают хотя бы попробовать все блюда, что есть на столе.

Да, можно РАССКАЗЫВАТЬ НЕБЫЛИЦЫ. Ребенок рассказывает в детском саду, что его папа знаменитый автогонщик, а сам он в выходные снимался в кино. Выдумки – естественная часть детства, когда реальность и фантазия переплетаются воедино. Не высмеивайте ребенка и не подлавливайте его на лжи, а отнеситесь с уважением к его игре. Если вы хотите показать, что его рассказ больше похож на сказку, скажите, что это отличная история, и попросите еще что-нибудь рассказать об этом. Ребенок создает свой собственный мир, отличный от мира взрослых, строит свою вселенную с помощью воображения. Проявляйте искренний интерес к нему, ведь творческие личности так нуждаются в слушателе. ***Невозможно составить список правил, а потом зачитать ребенку декларацию его прав и обязанностей. Дети будут расти, меняться, постоянно проверять границы на прочность и расширять их. Это естественный и очень интересный процесс. Главное – запретов должно быть немного и вы должны уметь объяснить себе и ребенку, в чем их смысл.***

Да, ты можешь ОДЕВАТЬСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО. Стоит выделить специальное время, чтобы малыш мог сделать это в своем темпе, без суеты и спешки. Ведь это целое приключение – поиск того места, куда надо просунуть голову, руки и ноги. А самостоятельное надевание перчаток и застегивание пуговиц вообще в топе 10 лучших упражнений для развития мозга. Конечно, если вы опаздываете, вы можете сказать: «Я уверена, что ты справишься, но сейчас надо спешить. Сейчас я тебе помогу, а вечером ты сможешь сам переодеться в пижаму».

Да, можно ИСПАЧКАТЬСЯ. Время от времени разрешайте ребенку устроить творческий беспорядок в комнате. Поощряйте исследовательскую активность на прогулке: пусть ребенок строит плотины, валяется на траве, зарывается в осенние листья. Современным детям все труднее чувствовать себя частью природы, поэтому родителям надо поощрять любые подвижные игры на воздухе, не опасаясь пятен на одежде. У вас же есть стиральная машина.

Да, ты можешь ПОМОЧЬ МНЕ ПО ХОЗЯЙСТВУ. В 2–3 года почти все дети охотно и с удовольствием вытирают пыль, поливают цветы и готовят вместе с мамой десерты. В 7–8 половина детей теряет энтузиазм. Чтобы этого не произошло, придумывайте способы сделать уборку увлекательной.

Да, ты можешь САМ РЕШИТЬ, ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ. Не старайтесь расписать его день по минутам, не предлагайте постоянно ограниченный выбор типа «Ты хочешь поиграть в машинки или в кубики?» Проявите чуткость. Возможно, он вовсе не скучает, а придумывает новую игру или просто хочет посидеть в тишине. Это поможет ребенку научиться уважать чужое личное пространство.