



АЛЬТЕРНАТИВА СЛОВУ

«НЕТ»

✓ Перефразируйте запрет.

Придавайте позитивное направление вашему требованию. Вместо того чтобы сказать «нет», четко определите для ребенка то, что он может сделать в качестве альтернативы. Вместо того чтобы в грубой форме крикнуть: «Нет! Не играй мячом в гостиной» попробуйте сказать, например, так: «Ты можешь катать мяч по коридору». Если вы должны действовать быстро, чтобы уберечь ребенка от опасности, замените слово «нет» предостережением, например, «Стоп!» или «Горячее!».

✓ Предлагайте варианты.

Ваш малыш хочет чувствовать себя независимым и уверенным в себе. Поэтому вместо прямого отказа, когда он умоляет вас о шоколаде перед обедом, предложите ему выбор между виноградом и яблоком. Хотя он может быть не в восторге от выбора, который предоставили ему вы, со временем он научится принимать его.

✓ Отвлекайте внимание ребенка.

Даже дошкольника можно легко отвлечь от проблемы. Когда изящная фарфоровая статуэтка в универмаге привлекает внимание вашего малыша, быстро переключите его на то, как свет отражается в зеркале в галерее, игрушкой или легким перекусом. В то же время держите ребенка подальше от искушения. Старшие дошкольники легче, чем младшие, ходят за покупками и более восприимчивы к тому, когда их отвлекают открыто: «Мы не можем играть этой фарфоровой куклой, но мы можем попробовать эти заводные игрушки».



✓ Избегайте проблемы.

Всякий раз по возможности держите дошкольника подальше от ситуаций, когда вам приходится говорить «нет», и выбирайте вместо этого безопасные условия, которые развивают его любознательность и ощущение приключения.

✓ Не обращайте внимание на незначительные нарушения.

Жизнь предоставляет много значимых возможностей научить ребенка дисциплине. Не ищите дополнительных. Если он хочет надеть любимую футболку в постель, что тут плохого?

Проявляйте рассудительность и избирательность в своих баталиях с малышом. Будьте снисходительны к желанию приключений, веселья и интересных исследований вашего ребенка, конечно, когда это возможно. Если ребенок в безопасности, и вам нет особой нужды говорить «нет», пусть будет так, как он хочет.

✓ Говорите убедительно.

Конечно, когда поведение ребенка того требует, и вам действительно нужно сказать «нет», не теряйте времени.

Скажите это твердо (но спокойно), убедительно и с непроницаемым выражением лица: «Нет! Не тяни кота за хвост». Когда ребенок отреагирует на ваше «нет» соответствующим (желаемым для вас) образом, улыбнитесь ему или обнимите его и скажите что-нибудь позитивное: «Да!.. Ты, оказывается, очень здорово умеешь слушать!».