

Магические «можно» и «нельзя»

Кадникова Татьяна Николаевна, педагог-психолог

Какие слова вы чаще говорите своему ребенку – «можно» или «нельзя»? Оба чрезвычайно важны для маленьких детей: «можно» прививает веру в собственные возможности и воспитывает доверие к окружающему миру, а «нельзя» устанавливает рамки дозволенного и дает ощущение безопасности. Поговорим о том, когда на самом деле нужно устанавливать строгие запреты, а когда можно разрешать малышу делать то, что ему хочется.

Конечно, мы нередко сами невротизируем ребенка, воспитывая, как придется, вернее, вздумается нам, то превратив его в кумира, который делает что хочет, то запрещая все, что можно, держа в «ежовых рукавицах». Но как бы ни были полярны все воспитательные меры, воспитываем мы обычно сакраментальными словами, все сортирующими в жизни на то, что «можно» и «нельзя».

«Нельзя» и «можно» как запреты, как поощрения, приказы, они как жезл милиционера, стоявшего на перекрестке, пытавшегося этим жезлом все регулировать вокруг.

Благодаря им Ваш ребенок быть должен роботом, и только, или хотя бы пластилином, а Вам лишь предстоит лепить его таким, как Вы хотите, как Вы задумали себе. Вы регулируете ими всю жизнь Вашего ребенка, его желания, надежды, установив для них предел, запретную черту, границу, там, где встречаются обычно и превращаются друг в друга по неизвестной нам причине все эти «можно» и «нельзя».

И если «можно» - это тройка свободных, вольных лошадей, овладевающих пространством, «нельзя» - лишь кнут для малыша, которым погоняет кучер и не дает сойти с дороги, хотя везет по бездорожью и может завести в тупик.

«Нельзя» - «ошейник» для ребенка, который постоянно душит, а в состоянии удушья малыш готов пойти на все: и он устраивает «сцены» и демонстрирует капризы, компрометирует при всех. И попадает в разряд «нервных». Но виноват ли в этом он?

При помощи «нельзя» и «можно» Вам хочется внушить ребенку весь кодекс норм, весь кодекс правил общения людей друг с другом, как должен он себя вести, чтобы быть воспитанным для всех. При помощи «нельзя» и «можно» ребенок должен познать мир, который постоянно манит и зазывает малыша, заморозив его собою.

Любой предмет - ему загадка. И, чтобы ее отгадать, - необходимо все потрогать или попробовать на вкус. В три года он уже не только лишь любознательный ребенок, но и довольно сообразительный для своих лет.

Причем не кто иной, как Вы сами так развивали малыша. И он ко многому привык, что это «можно», не понимая то, что «можно» бывает только до определенного предела, что есть очерченный круг, за которым «можно» невольно превращается в «нельзя».



Ребенок Ваш не понимает этого, а мы не понимаем с Вами то, что невинные для нас «нельзя» - психическая травма для ребенка, насилие над его волей и желанием, особенно когда малыш переживает кризис и обостренно реагирует на все, в связи с происходящей перестройкой организма и высшей нервной деятельностью его.

И вот итог: на первый взгляд невинные слова-запреты способны стать, как и неправильные типы воспитания детей, причиной нервных отклонений у ребенка и вызвать бурные реакции протеста или срывы. И это провоцируете Вы, Вы сами, и лишь из-за того, что до сих пор не знаете элементарнейших азов общения с ребенком, как надо не ему, а Вам себя вести.

Не убирая с глаз ребенка различные предметы, которые не перечислишь, вы словно дразните специально малыша и разжигаете в нем любопытство.

Когда же он протягивает руку, чтоб любопытство это удовлетворить. Вы атакуете его командами «нельзя», а он не понимает: почему?

Малыш привык, что Вы не разрешаете ему обычно лишь делать то, что угрожает его жизни: обжечь, поранить или навредить... Но как понять, когда в «нельзя» сегодня вдруг превратилось то, что было «можно» еще совсем недавно, чуть ли не вчера.

Ребенок Ваш в недоумении: «Разве возможно и поощрять и запрещать одновременно? Наверно, мама все-таки ошиблась?»

Но снова слышит лишь «нельзя», нельзя не только брать горячий чайник, но и ходить по лужам босиком. «Нельзя» не только разломать игрушку, но даже съесть без спросу шоколад.

Семейный кодекс в каждом доме разный. В каждой квартире есть свои запреты. И если мама отвечает «можно», то бабушка в ответ твердит «нельзя». И нет между ними золотой середины, как будто свет включен и выключен одновременно Вами, а в результате - только темнота.

«Нельзя», конечно же, необходимы, чтобы малыш усвоил нормы поведения людей. Но круг их должен быть довольно ограничен, учитывая психологию ребенка, ведь Ваш малыш во власти чувств, в плену желаний, и воздержаться от них - для него проблема, тем более все время подчиняться одним запретам во главе с «нельзя». Когда их много, просто не усвоить, что же в конце концов тебе «нельзя».

«Нельзя» на каждом шагу обижают Вашего ребенка, как будто бы он - несмышлениш, да и только. И вот уже малыш копит обиду, суммирует ее и в результате попадает в состояние хронической фрустрации, когда есть налицо потребность, но нет возможности ее хоть как-то удовлетворить.

Малыш мечтает что-то сделать, но не может. И наступает момент, когда или надо подчиниться, или восстать и взбунтовать, чтоб победить. Он, из послушного, становится упрямым. И рано или поздно Ваш малыш очередной запрет «нельзя» воспримет как сигнал к началу негативных действий или «бунту».

Теперь уже не просто он залезет на глаза у всех с ногами в кресло, а ноги будут в самых грязных туфлях. Теперь уже не просто он начнет включать магнитофон, а со злорадством выкрутит все ручки.

Малыш показывает Вам, что протестует: все это - просто выход из себя.

У маленьких детей реакции протеста обычно возникают на обиду, на ущемление достоинства ребенка, на непосильную нагрузку или наказание, но главное — на наше злополучное «нельзя».

Когда мы говорим о нервных детях, то очень часто подразумеваем под словом

«нервный» всего-навсего реакции активного протеста. А, протестуя, Ваш малыш устраивает «сцены», дерзит, кричит, не в силах скрыть свой гнев.

Он может ущипнуть, затеять драку, схватить за волосы или царапнуть Вас невольно, выкрикивая свои требования-приказы, и бранным словом оскорбить обидчика, не отдавая сам себе отчет - зачем? И это может все произойти в ответ лишь на обыденное слово, совсем невинное для нас «нельзя».

Но для ребенка, видимо, «нельзя» - магическое слово. Давайте разберемся - почему?

Вы знаете, что работа головного мозга - сложнейшее соотношение процессов возбуждения и торможения, причем сигналы, поступающие в мозг от органов чувств малыша, способствуют процессам возбуждения, благодаря которым мы имеем ответную реакцию на раздражитель. Однако у ребенка возбуждение обычно превалирует над торможением, и «овладение» процессом торможения затягивается на длительный период. Но только лишь достаточно развившиеся процессы торможения способны вовремя осуществить приказ «нельзя». Поэтому ребенку трудно быть послушным, а мы муштруем его днями своими бесконечными «нельзя» и вызываем перенапряжение легкоранимой высшей нервной деятельности ребенка, всем жалуясь, что он неуправляем.

Когда малыш закатывает «сцену». Вы, умирая от стыда, стремитесь скорее прекратить его каприз и погасить истерику в зачатке, чтоб только Вас не осудили люди.

А между тем виновник «сцены» — Вы.

КАК НАДО вести себя родителям с ребенком, который Вам устраивает «сцены»:

- Не создавать самим «опасных прецедентов» и резко ограничить круг запретов.
- Не утешать ребенка запретными вещами, а спрятать их подальше от него, пока еще он маленький.
- Когда Вы не успели спрятать предмет, а Ваш малыш внезапно захотел его, переключите моментально внимание ребенка.
- Если Вы что-то разрешили малышу вчера, то разрешите это и сегодня.
- Предупреждайте сами свой запрет «нельзя».
- Запреты всех взрослых в семье должны быть одинаковы.
- Когда малыш настроился на «сцену», найдите отвлекающий маневр и постарайтесь на происходящее взглянуть глазами своего ребенка.
- Старайтесь успокоить малыша любым сюрпризом.
- Все Ваши воспитательные «трюки» должны быть лишь направлены на то, чтобы «сцену» превратить в игру.
- «Воинственность» ребенка можно погасить своим спокойствием.
- Все Ваши требования к малышу должны быть эмоционально привлекательными.
- Старайтесь чаще говорить ребенку «можно».

КАК НЕ НАДО вести себя родителям с ребенком, который устраивает «сцены»:

- Запрещать все без конца, не учитывая возрастных особенностей ребенка.
- Дразнить запретными вещами.
- Считать, что он лишь пластилин для лепки.
- Свое плохое настроение все время разряжать на нем.
- Входить в дебаты с рассерженным ребенком и шантажировать его.

- Практически не говорить ребенку «можно».
- Все время «накалять» его своими бесконечными «нельзя».
- Невротизировать ребенка.

(Из материалов: *Баркан Алла Исааковна* «Плохие привычки хороших детей»)



10 вещей, которые нельзя запрещать детям

Конечно, воспитание детей не обходится без умеренного числа запретов, необходимых для физической и эмоциональной безопасности. Однако психологи утверждают, что можно выделить десять вещей, которые не стоит запрещать малышу.

- **Самостоятельно одеваться, есть и пить**

Безусловно, вы сделаете это лучше, качественнее и быстрее ребенка, но навряд ли поможете его развитию. Детские специалисты вообще считают самостоятельное застегивание пуговиц и натягивание перчаток одними из лучших упражнений для совершенствования моторики пальцев, а значит, и для развития мозга.

Выделяйте больше времени на сборы, чтобы ребенок смог позавтракать или одеться сам – в своем темпе, не спеша и не суетясь. Безусловно, если вы боитесь опоздать, то можете сказать: «Уверена, ты сам справишься с одеждой, но нам нужно торопиться. Давай я помогу тебе сейчас, а вечером ты сам сможешь надеть пижаму». А умение пользоваться ложкой или кружкой пригодится в детском саду, если только вам не хочется до школы запикивать обед в воспитанного вами же «неумеху».

- **Помогать родителям**

Как часто можно услышать от возмущенных мамочек: «Мой сын вообще ничего не хочет делать дома!» Но почему-то они забывают, как несколькими годами ранее оберегали его и

дорогие предметы от взаимодействия: «Не трогай, а то разобьешь!», «Поставь на место, сломаешь!» Взрослые опасаются, что за малышом придется переделывать, но ведь ему необходимо чувствовать собственную значимость и нужность и слышать родительское одобрение. Просите (не требуйте) ребенка помогать вам в бытовых делах, разрешайте выполнять простые поручения и не забывайте благодарить за проделанную работу.

- **Быть активным**

Когда малыш шумит, бегает, прыгает и дурачится, он на самом деле физически развивается и расслабляется, выплескивая накопившуюся энергию. Конечно, подобное поведение не приветствуется в общественных местах (поликлиника, магазин), однако дома можно разрешить ему побыть таким, какой он есть. Может быть, вам стоит присоединиться и подурачиться вместе с ним?

Некоторые мамы запрещают детям лазать по турникам, предпочитая тихую возню в песочнице. Да, им проще запретить, чем показать, как залезать и спускаться, контролировать свое тело. Разрешайте активные упражнения, подстраховывая в случае необходимости.

- **Спать с светом**

Боязнь темноты – естественный страх для детей четырех-пяти лет, которые в этом возрасте отделяются психологически от мамы. Платой за подобную автономию является возникновение ночных кошмаров у ребенка, в которых была тесно переплетена с вымыслом и фантазией. Неяркий ночник успокоит малыша, когда он проснется, и поможет убедиться, что вокруг нет страшных чудовищ. Правда, существует мнение, что свет нарушает естественное течение сна, поэтому вводите освещение как временную меру.

- **Пачкаться**

Не бойтесь, что ребенок испачкается, взяв в руки кисть с красками или фломастеры. Приобретите специальные нетоксичные краски, расстелите на полу или столе клеенку, экипируйте малыша фартуком – пусть рисует.

Разрешайте также заниматься исследовательской деятельностью на прогулках. Пусть ребенок кувыркается в траве, меряет глубину лужи, подбрасывает вверх охапки осенних листьев, не переживая за испачканную одежду. В конце концов, у вас наверняка есть стиральная машина.

- **Исследовать предметы**

Позвольте детям понять назначение и устройство самых разных предметов. Вы удивитесь, но многие специалисты по детскому развитию рекомендуют говорить малышу: «Трогай вещи. Сжимай, переключай из одной руки в другую, тяни, раскрывай, стучи, мни и рви!» Эксклюзивная игрушка порой менее привлекательна для ребенка, чем куча старых газет или коробка с пуговицами. Если вы боитесь за дорогую посуду или ценную безделушку, уберите ее подальше от цепких и пытливых ручек. Или же попробуйте рассмотреть ее вместе, объяснив, почему эта вещь вам так дорога и что лучше найти другой предмет для игр.

- **Смотреть мультфильмы**

Да, мы уже говорили, что качество современных мультфильмов порой не выдерживает никакой критики, да и развивающие передачи не так полезны, как принято считать. Однако нынешним детям важно быть в курсе популярных мультиков, чтобы обсуждать их со

сверстниками. Подберите те передачи и анимацию, которые вам кажутся полезными. Обязательно смотрите их вместе с малышом, обсуждайте спорные моменты и приводите примеры приемлемого поведения.

- **Оставлять еду на тарелке**

Не заставляйте ребенка оставлять на столе чистые тарелки. Прием пищи обязан быть удовольствием, а не средневековой пыткой. Во-первых, о размере порции и количестве блюд всегда можно поспорить. Да и диетологи обеспокоены стремительно растущим числом маленьких толстяков. Во-вторых, не отвлекайте детей мультиками, впихивая хитростью как можно больше ложек полезной каши. Настоящая польза появится, когда ребенок почувствует вкус еды, станет жевать не спеша, будет считать обед приятным ритуалом.

- **Фантазировать**

Вымысел – естественное для детей переплетение фантазии и реальности. Помогите ребенку отличать фантазию от преднамеренного обмана. Расскажите, что его история очень похожа на сказку, попросите придумать еще что-нибудь подобное. Постарайтесь проявлять неподдельный интерес к его фантазиям, поощряя тем самым развитие творческой личности.

- **Высказывать личное мнение**

Постарайтесь учитывать детские интересы, желания и мнения. Аргументируйте ваши решения, не отмахиваясь фразами «Потому что я так решила!» или «Мы с папой лучше знаем, как нужно делать!» Не пытайтесь также расписать его время по минутам. Возможно, он просто хочет придумать свою собственную игру, а не просто сидит в уголке, ничем не занимаясь.

5 вещей, которые обязательно нужно запрещать

И все же слово «нельзя» не должно полностью исчезать из вашего воспитательного словаря. Однако запрещать нужно только в самых исключительных случаях, касающихся детской безопасности. И ваш запрет должен предполагать абсолютное его выполнение. Давайте узнаем, что следует обязательно запрещать своему ребенку.

- **Бить других**

Порой малыши еще не умеют выразить в словах собственные эмоции, применяя удары и укусы к родителям, сверстникам и домашним животным. Не разрешайте затевать драку с детьми, останавливайте ребенка, если он бьет вас или жестоко обращается с несчастным котенком. Остановите руку малыша, скажите, глядя ему в глаза: «Нельзя драться и бить других».

- **Брать чужое**

Объясняйте детям, что нельзя распоряжаться теми вещами, которые им не принадлежат. Недопустимо отбирать чужие игрушки, портить чужую одежду, забирать из магазина неоплаченные товары и т. д. Если же малыш принес из садика не свою игрушку, твердо попросите вернуть ее обратно.

- **Быть грубым**

Познакомьте детей с вежливыми словами, понятием морали и правилами приличия. На личном примере покажите, что нужно здороваться, извиняться, благодарить, а нельзя

сквернословить, плевать, грубить старшим.

- **Нарушать «технику безопасности»**

Изучите правила безопасного поведения для малышей с помощью картинок или мультимедиа. Там очень доступно и понятно описано, что категорически нельзя играть на дороге, совать пальчики в розетки, залезать на подоконник и баловаться со спичками. Это категоричные, абсолютные запреты!

- **Разговаривать с незнакомцами**

Не запугивайте малыша, но обязательно обсудите это «нельзя» подробно. Обозначьте так называемый «круг доверия», в который включите своих знакомых, соседей по дому, родителей в детском саду. Проигрывайте ситуации: например, что нужно делать, если незнакомый дяденька позовет посмотреть котенка?

Слишком большое число ограничений – главная причина того, почему ребенок перестает реагировать на родительские слова. Если их слишком много, то вы рискуете воспитать «удобного» малыша. Установите категоричные запреты, согласуйте их со всеми домочадцами и не бойтесь их менять, когда ребенок подрастет.

