

Как объяснить ребенку, что он не прав



Специалисты в сфере детского развития считают, что секрет взаимопонимания с ребенком заключается в правильных формулировках.

Разумеется, мы любим своих детей, однако это не отменяет того факта, что иногда они действуют нам на нервы. Они могут быть капризными или прийти домой с ужасными оценками в дневнике. И иногда родителям просто необходимо донести до них свои мысли, поговорить с ними о том, что в их поведении нужно скорректировать. Все мы люди, и даже взрослых иногда захлестывают эмоции, которые превращаются в неаккуратно брошенные фразы, способные не только обидеть ребенка, но стать виновниками его комплексов, идей о собственной несостоятельности и нелюбви родителей. Порой мы и сами не осознаем, какой ущерб могут нанести наши слова.

Одной из самых распространенных подобных фраз, которые говорят родители своим детям, является: **«Ты сводишь меня с ума»**. Возможно, в тех или иных ситуациях каждый из нас хоть раз в жизни произносил эти слова. Но, сказанные ребенку, они могут иметь наиболее разрушительные

последствия. Даже если в какой-то момент ваше чадо перестает вас слушаться, начинает громко кричать и прыгать, когда вам хочется отдохнуть, плакать в очереди в магазине или хнычет и отказывается одеваться, когда вам нужно срочно отвести его в детский сад, — постарайтесь сообщить ему о своих эмоциях в правильной форме.

Существует еще одна фраза, которая кажется родителям более мягкой, но, по сути, ничем не отличается от вышеупомянутой: **«Я люблю тебя, но сейчас ты мне не нравишься»**. Это такой же способ сказать: „Ты сводишь меня с ума“. Ребенок понимает это так: ты действительно меня не любишь».

Не стоит забывать, что именно от родителей дети узнают о том, что такое любовь и чувство собственного достоинства. И если ребенок укрепит в мысли, что его мама и папа его не ценят, не заботятся о нем, то это может произвести на него долгосрочный негативный эффект. Казалось бы, одна фраза, но вред колоссальный.

То, как родитель общается со своим ребенком, имеет решающее значение для развития последнего. Если тот пример, который показывают детям папа и мама, отрицательный, то они будут учиться именно на нем (за исключением другого). Часто родители даже не осознают, какое впечатление их поведение оказывает на детей и, конечно же, дети начинают им подражать. Если родитель кричит, то у ребенка это тоже входит в привычку. Если родитель постоянно критикует ребенка, то ребенок начинает критиковать сначала себя, а затем и всех окружающих». Хотя некоторым это может показаться преувеличением, родители должны помнить, что именно они формируют и направляют своих детей. Эти дети в конечном итоге вырастают и становятся взрослыми.

Как же сообщить ребенку о своих чувствах и эмоциях или попросить его о чем-то так, чтобы принести пользу, а не вред?

Один из самых главных советов детских психологов звучит так: **постарайтесь исключить отрицания из советов или просьб, адресованных детям.**

Они уверены, что фразы, начинающиеся с предлога **«не»** или слова **«нельзя»**, детьми воспринимаются очень тяжело. Все дело в том, что маленькому ребенку приходится заниматься двойной переработкой информации. То есть, когда вы произносите фразу, **«нельзя делать»**, ребенок усваивает ее и ждет продолжения фразы о том, **что делать можно**. А его не следует. Поэтому все запреты необходимо излагать в положительном ключе. То есть вместо того, чтобы делать акцент на неразрешенном, говорите то, против чего вы не имеете ничего против.

Таким образом, привычные фразы (**«не спорь со мной»**, **«здесь нельзя так громко кричать»** и многие другие) стоит видоизменить, чтобы ребенок вас понял правильно и принял информацию к сведению.

Какие еще популярные родительские советы и просьбы нужно формулировать по-другому?

Не кричи: ребенок может не слышать себя со стороны и не знать, что говорит громко. Порой ему достаточно просто рассказать об этом. Правильным аналогом этой фразы может стать: **«Говори, пожалуйста, чуть тише»**. Если вы добавите причину своей просьбы (например, «потому что у мамы болит голова»), то добьетесь лучшего эффекта.

Не трогай: как правило, эту фразу произносят для того, чтобы оградить свои личные вещи от детских посягательств или для того, чтобы уберечь ребенка от негативного воздействия опасного предмета. Если вы таким образом запрещаете малышу копаться в вашей шкатулке с украшениями — эти слова так и останутся для него из разряда непонятного: «Почему моей маме можно, а мне самому нельзя?». Если это попытка предостеречь чадо от того, чтобы он не обжегся о горячий утюг, то она также будет не слишком плодотворной. Допустим, в этот раз малыш, испугавшись громкого звука вашего голоса, уберет руку. Но это не предотвратит подобных случаев в будущем, ведь для ребенка утюг — это один предмет, и не важно, холодный он или горячий.

Как же тогда сказать детям, что определенные предметы нельзя трогать? До определенного периода, пока ребенок не может осознать причинно-следственную связь, лучше обезопасить дом самостоятельно: убрать опасные предметы, закрыть розетки. Если вас раздражает, что он берет вашу косметику — просто не оставляйте ее там, где он может достать. После 4-5 лет стоит подробно объяснить своему чаду, что именно не стоит делать во избежание плохих последствий. Некоторые психологи советуют **заменить слово «нельзя» на «опасно»** — в данной ситуации оно более информативно.

Не бегай: эта просьба, вероятнее всего, введет ребенка в замешательство, потому что он видит, как бегают другие дети на улице, и не понимает, почему он не может вести себя так же дома. Если вы спокойно объясните ему, почему не хотите, чтобы он вел себя таким образом, он будет к вам прислушиваться. Фраза **«пожалуйста, ходи дома спокойно»** донесет суть вашей просьбы гораздо лучше.

Не ври: фраза «не ври» сама по себе звучит угрожающе, не так ли? Более того, она практически бесполезна. Если ребенок не хочет говорить правду своим родителям, то у него, очевидно, есть на то свои причины, на которые и стоит обратить внимание более мудрым взрослым. Если дети знают, что за то, что они сделали, их непременно накажут — захотят ли они быть честными? Ребенок не станет вам врать со зла. Если дочь использовала калькулятор в решении задач, то не потому, что хотела расстроить маму и

папу. Вместо того, чтобы ругать ее, позанимайтесь с ней вместе математикой и объясните непонятную тему.

Когда вам необходимо узнать правду, то стоит быть дипломатичными и воздержаться от импульсивных угроз. Например, если вы хотите понять, участвовал ли ваш сын в школьной драке, то не нужно спрашивать у него об этом напрямую (заранее понимая, что ему проще ответить «нет»), а после этого сразу обвинять во лжи. Некоторые вещи нашим детям сложно произнести вслух, задача взрослых — помочь, сохранив доверие, а не ранить или обидеть. Попробуйте начать разговор так: **«Я хотела спросить тебя об этом... Ты можешь ответить мне не сразу, ведь я понимаю, ситуация непростая. Как бы там ни было, ты знаешь, что я тебя все равно люблю и мне очень важно, что мы можем друг другу доверять».**

Также стоит помнить, что дети всегда ориентируются на родительский пример. Если старшие члены семьи периодически ловят друг друга на «маленькой лжи», почему ребенок должен говорить правду и только правду?

Не пачкайся: ребенок до определенного возраста не видит разницы между чистой и грязной одеждой. Делая обычное дело, играя в песочнице, например, он может быть неловким и делать все неаккуратно, потому что увлечен процессом. Если объяснить ему все спокойно, то в следующий раз он будет очень стараться, чтобы не расстроить маму, которая им гордится. Вместо того, чтобы ругать за нечистоплотность, попробуйте сфокусировать внимание ребенка на позитивной стороне вопроса: **«Быть чистым — это красиво. Мне так нравится, когда ты у меня чистенький. Поэтому, пожалуйста, будь аккуратнее в следующий раз».**

Не разбрасывай игрушки: этот запрет по своей сути бессмысленный. Много ли вы видели детей, которые в процессе игры не наводили бы вокруг себя хотя бы небольшой беспорядок? Или могли бы вы сами приготовить ужин для семьи и не запачкать ни одного столового прибора, блюда или кастрюли? Разумеется, нет. Поэтому прежде всего вам самим стоит спокойнее отнестись к этому сопутствующему ущербу детских игр. Постепенно вы можете приучить ребенка к самостоятельности: превратите процесс уборки игрушек в игру и предложите ему к ней присоединиться.

Не глупи: ребенок может решить, что он глупый, еще даже не зная подлинного значения этого слова, зато в более взрослом возрасте, это может перерасти в комплекс. Ведь этими словами вы даете оценку его умственной деятельности. Если вы хотите указать своему чаду на более разумное поведение в сложившейся ситуации, сделайте это с помощью другой

формулировки: **«Ты же у меня очень умный, давай попробуем сделать это вот так».**

Не суй нос не в свое дело: ребенка может сильно оскорбить то, что с ним не считаются. Он будет продолжать вмешиваться, потому что его, несомненно, заденет несправедливость ситуации. Если у вас с мужем происходит важный разговор, а дети от него только отвлекают, объясните им: **«Для нас с папой очень важно ваше мнение, но сейчас мы обсуждаем скучную работу/неинтересные бытовые вопросы. Может быть, вы пока поиграете в «Лего» или посмотрите мультфильм? Как только мы освободимся, то поиграем с вами вместе».** Очень важно найти для ребенка другое занятие, пока вы заняты своими делами. Если ваш малыш находится в совсем юном возрасте, то иногда приходится корректировать свои планы под его нужды — благоразумное предложение устроить свой досуг самому тут не поможет. Если он очень устал, то лучше уложить его спать, а потом уже обсудить с мужем коммунальные счета за прошедший месяц.

Не ешь столько конфет: ребенок не понимает того, что если съесть много конфет, то это негативно отразится на здоровье. Сладкое — это вкусно, а поэтому остановиться сложно. Постарайтесь договориться с ним другим способом: **«Если ты съешь весь мармелад за один раз, то на завтра ничего не останется. Давай разделим его на две (или больше) порции?».** Если он будет знать, что запасы сладкого не бесконечны, то захочет продлить удовольствие.

Не спорь: бесполезно спорить с взрослым человеком, который вас не понимает, точно так же бесполезно спорить с ребенком. Если вы ставите ультиматум: **«Мы никуда не пойдём, пока ты не наденешь шапку — и не спорь со мной»**, то ставите ребенка в положение без права голоса. А это не нравится всем людям вне зависимости от их возраста. Если ребенок чувствует, что к его мнению и желаниям совершенно не прислушиваются, то не только убеждается в том, что в этом мире все решает сила и власть, но и лишается возможности построить с вами доверительные отношения, а также приобрести необходимые для взрослой жизни коммуникативные навыки. Предложите ему поискать решения, которые устроят и его, и вас: **«Ты не хочешь надевать синюю шапку, потому что она тебе не нравится? А как насчет красной шапки с изображением Человека-Паука?».**

Или, например, бывают ситуации, когда ребенок очень хочет погулять подольше, а вам нужно вернуться домой поскорее и приготовить ужин. Вместо того, чтобы говорить: **«Мы сейчас же идем домой и точка»**, подробно обрисуйте ситуацию своему сыну или дочери: **«Я понимаю, как тебе хочется гулять, и погода сегодня чудесная. Но мне нужно успеть приготовить ужин до папиного прихода с работы. Представляешь, как**

расстроится наш любимый папа, если придет домой уставший и не найдет, что поесть? Давай ты сегодня поможешь мне приготовить ужин, а завтра мы с самого утра придем на эту горку?».

Не ной: если ребенок чем-то расстроен или испытывает физический дискомфорт – дайте ему возможность рассказать вам об этом. Сам того не зная, он хочет, чтобы его пожалели, а если не достигает цели, то лишь умножает усилия. Обратите внимание на то, что его беспокоит, и предложите попробовать решить эту проблему вместе.

Не бери в рот грязные руки: не стоит кричать и, что еще хуже, бить ребенка по рукам. Откуда он может знать, что брать в рот грязь вредно? Если вы опасаетесь за здоровье ребенка, то подойдите к этому вопросу в игровой форме. Например, разучите с ним **стихотворение о вреде грязных предметов**.

И никогда не забывайте о том, что именно мы — родители — являемся главным образцом для подражания для наших детей. Мы должны понимать, что дети всегда смотрят на нас. Дети на самом деле не знают, кто они и какова их личность, во что они должны верить или даже что чувствовать. Поэтому они постоянно ищут подсказки относительно того, что родитель думает о них. Получая такие подсказки, они их усваивают — так и формируется их личность.