**Как сказать ребенку «Нет»?**

«Нет». Это привычное на слух слово способно создать множество проблем. Особенно там, где отказывать приходиться самому дорогому человеку – собственному ребенку. Между тем разумное распределение разрешений и отказов является основой любого воспитания. Что делать, если ребенок не хочет слышать ваших аргументов и упорно настаивает на своем?

Прежде всего нужно усвоить, что ребенок приходит в этот мир существом абсолютно эгоистичным. Первый год его выживания зависит от того, наскольно яростно он будет добиваться своего криком, хныканьем. В процессе взросления он понимает, что такое поведение хорошо срабатывает. Поэтому любой ребенок уверен, что и родители, да и весь мир в целом, существуют, чтобы исполнять его желания и активно протестует против любого отказа. Такова его природа! Если бороться с этим – можно подавить в ребенке первые ростки самостоятельности, жизнестойкости. Но для того, что жить, ребенок должен ХОТЕТЬ и УМЕТЬ добиваться желаемого.

Задача взрослого – уметь лавировать между детским «хочу» и взрослым «нет» так, чтобы не воспитать эгоиста , и в тоже время не воспитать напуганного, зажатого ребенка. Но встает главный вопрос – как правильно это сделать?

**Несколько правил как сказать «Нет»**

(за основу взяты книги А.Курпатова)

**Первое правило**: «Вы не можете говорить «нет» всегда»

Если произносить слово «нет» постоянно, оно обесценится и потеряет свой смысл. Постоянное использование данного слова уже не будет работать как запрет. Чтобы ребенок отреагировал на ваше «нет» достойным образом, оно должно прозвучать на фоне многих «да», озадачить, приковать к себе вниманием. Так что, чем реже вы будете приозносить слово «нет», тем оно действеннее будет. А для этого надо продумать все запреты.

**Второе правило**:«Если вы сказали ребенку «нет», то уже не можете сказать ему «да»

Прежде чем сказать «нет», подумайте, пасколько это необходимо? Подумайте, не придется ли потом разрешить то, что прежде вы запретили? И что будет стоить ваше «нет», если вы с легкостью можете это слово забрать обратно? Ровным счетом ни чего! Так что если вы можете обойтись бе данного запрета, то лучше это сделать и для ребенка, и для вас.

**Третье правило**: «Если уж вы решили сказать ребенку «нет», настройтесь на большую работу.

Приготовьтесь встретить протест ребенка на новый запрет, ведь для него это является ограничением свободы , которое любой человек воспримет болезненно. Но вы должны безоговорочно притивостоять протесту ребенка. И сами не провоцируйте его на его не выполнение. Например, запретили ему есть сладкое, уберите с видного места вазу в конфетами.

**Четвертое правило**: «Нет» -это слово, которое должно произноситься всегда без эмоций.

Если вы будете произносить это слово зло, ребенок подумает, что запрет из –за того, что он плохой или что его не любят. Если будете произносить его весело, значит это не серьезно, можно и ослушаться. Слово «нет», сказанное спокойным, но твердым тоном, расценивается как само разумеющееся, которое необходимо принять к сведению.

**Пятое правило**: «Всегда положительно подкрепляйте поведение ребенка, когда он начинает следовать вашему «нет »

Поймите, что готовность ребенка двигаться навстречу вашему запрету или требованиям – это не «естественно», это акт доброй воли, которую нужно поддерживать, замечать и отмечать полдожительно.

**Шестое правило**: «Позиция всех членов семьи по каждому конкретному «нет» должна быть одинакова».

Это одна из типичных ошибок. Мамы и папы запрещают есть сладкое, бабушки и дедушки кормять всласть и при этом приговаривают: «Кушай, деточка, хоть у нас наешься сладостей». Как в такой ситуации у ребенка должно формироваться понимание запретов? Да ни как. Зато чудесно сформируется другое – умение манипулировать родственниками.