

## Научить ребенка говорить слово «нет!»



Слова «да» и «нет» самые употребляемые в любом языке. Мы все привыкли слышать их на работе, в семье и т.п. Но все же, родителей очень раздражает, когда ребенок в ответ на их уговоры говорит «нет». В связи с этим они часто обращаются к психологам с просьбой: «Я хочу, чтобы он перестал мне возражать!». Конечно, когда дети отказывают родителям, то это вызывает гамму самых разных эмоций: от удивления до возмущения. Но все же, согласитесь, что в жизни каждого ребенка будет много ситуаций, когда ему потребуется умение сказать «Нет!».

### Чем рискует ребенок, который не умеет говорить «Нет»?

- игнорируют свои эмоции;
- могут подвергнуться жестокому обращению со стороны взрослых, сверстников;
- низкая самооценка;
- недостаток самоуважения.

**Когда ребенок говорит «Нет» ребенок сможет** регулировать свои действия и слова.

Ответив «нет» собеседнику, он сможет обеспечить себе независимость, сохранить свою индивидуальность.

Своевременное слово «нет», даст возможность постоять за себя и свои собственные убеждения, а также защитить свое личное пространство.



### Когда и где начинается зарождающаяся «Нет»?

Примерно к трем годам процесс отделения ребенка от родителя переходит в активную фазу, так называемый кризис трех лет. Малыш начинает осознавать свои потребности и желания и активно демонстрировать их миру. Очень важно давать ему возможность делать самостоятельный выбор, постепенно начинать уменьшать контроль, чтобы он мог выстраивать свои границы.

Именно в этом возрасте формируется способность говорить «нет», которую ребенок будет тренировать все последующие годы.

Конечно, задачей родителя всегда в первую очередь будет безопасность ребенка.

Поэтому, сталкиваясь с несогласием, поговорите, объясните, почему сейчас настойчивое требование малыша не может быть удовлетворено.

## Как помочь?

### *Держите равновесие.*

Чтобы ваш ребенок осознал силу слов, «да» и «нет», вы должны, употреблять их сбалансировано, чтобы они не потеряли своей значимости. Если вы слишком часто будете говорить ребенку «нет», то он будет его воспринимать как норму реагирования на свои потребности, а не инструмент для расширения границ своих прав и возможностей в общении.

### *Считайтесь с мнением ребенка.*

Когда ребенок говорит вам «нет» подождите сразу высказывать свое возражение ребенку, даже если вы думаете, что он ошибается.

### *Выслушайте просьбу ребенка полностью, не перебивая.*

Прежде чем сказать «нет», подождите минуту, чтобы подумать о том, что спрашивает ребенок. Для этого вы можете сказать: «Дай мне подумать о том, что ты говоришь» Это поможет вам сделать объективные выводы. Такая остановка даст вашему ребенку уверенность, что его услышали, потому что вы остановились, чтобы рассмотреть его точку зрения.

### *Выскажите свои мысли вслух.*

Ваши дети будут рады, если вы включите их в процесс мышления. Этим вы научите ребенка аргументировать свое «нет».

Не всегда бывает достаточно просто отказать. Как правило, лучше объяснить причину отказа. Это учит взвешивать все «за» и «против».

### **Научите его говорить от своего имени.**

Чем увереннее в себе ребенок, тем проще ему высказывать свое мнение и не поддаваться давлению окружающих. Поэтому предоставляйте ребенку как можно больше возможности для того, чтобы заявить о себе: объясните ребенку, что если он отказывается, а ему повторяют предложение, он имеет полное право повторять свой отказ столько раз, сколько понадобится, чтобы собеседник услышал его.



Невозможно всем нравиться! Невозможно быть всегда со всем согласным и при этом сохранять свою независимость и свои интересы.

Сложно оправдать все ожидания окружающих: всегда останется тот, чье мировоззрение будет отличаться от вашего. И это нормально!

Если у вас самих возникает затруднение в обучении ребенка говорить **«нет»**, или **имеются другие трудности в воспитании Вашего ребенка**, зайдите на официальный сайт нашего детского сада: [dou82.d61.ru](http://dou82.d61.ru), откройте страничку «Консультационный центр» и заполните форму заявки. Наши специалисты свяжутся с

вами, и вы получите необходимую для вас поддержку и информацию.

Также заявку можно оставить по телефону: **(8617)21-13-84**

## Детский телефон доверия

**8-800-2000-122**

Краснодарский край,  
г. Новороссийск,  
ул. Козлова, 39,  
Телефон: (8617)21-13-84  
e-mail: [mdou82@yandex.ru](mailto:mdou82@yandex.ru)

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка – детский сад № 82 «Сказка»  
МО г. Новороссийск

## КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ГОВОРИТЬ «НЕТ»

Памятка для родителей



Педагог-психолог Павлова С.В.

г. Новороссийск  
2023