ПРО СЛОВО «НЕЛЬЗЯ»  
  
Слово «нельзя» лучше всего подходит для того, что в действительности— у него всё хорошо, он исследует действие гравитации на жидкости невозможно или в вашей власти это не допустить. Если вы произнесли это слово, значит, вы берёте на себя ответственность за то, чтобы то, что вы запрещаете, и вправду не происходило. Вы взрослый, вы отвечаете за свои слова, и эта ответственность начинается с того, что вы не озвучиваете невыполнимого.  
  
✨ Будьте честны с детьми. Вполне уместно сказать: «Я не хочу, чтобы ты… лил воду на ковёр» или «Я хочу, чтобы ковёр оставался сухим». Если ребёнок льёт воду на ковёр и феномен впитывания. Нехорошо вам, и это вам известно, как долго потом ковёр будет хранить и распространять сырость. Вы взрослый, вы в ответе за всё и потому вправе сказать: «Я не разрешаю…».  
  
Не злоупотребляйте этим. Ребёнок и так знает, что вы умнее и могущественнее, лишний раз напоминать ему об этом не нужно. Но ни к чему и избегать прямых указаний на то, что вы источник правил, потому что это правда. Вы защищаете, заботитесь, делитесь знаниями, отвечаете за всё и имеете даже не право, а, скорее, обязанность разрешать и запрещать.  
Если проблема касается лично вас, вы можете честно сказать: «Мне не нравится, что ты…» или «Мне неприятно, когда…», например, когда меня дёргают за волосы, тыкают пальцем в глаз, кусают.  
  
✨ Немедленно прекращайте опасное или вредное поведение. Если для этого нужно взять и перенести, снять откуда-нибудь ребёнка, вы делаете это. Если вы говорите «нельзя прыгать» ребёнку, который стоит у вас над головой в окне второго этажа — взлетайте и ловите его, если он всё же делает шаг.  
  
Если есть возможность, не забывайте предложить приемлемый вариант: «Я не разрешаю лить воду на ковёр, но ты можешь полить цветок». Дайте выбор: «Или ты поливаешь цветок, но не ковёр, или я заберу кувшин/закрою воду».  
  
✨ Выбор: «Или ты поливаешь только цветок, или я тебя поставлю в угол» предоставляет неравноценные альтернативы. Ведь после того, как ребёнок лишился кувшина, он может заняться чем-то столь же интересным, как и выливание воды. Может быть, вы дадите ему поднос и губку, чтобы он посмотрел, как вода впитывается там, где вы можете ему это разрешить.  
  
Во многих случаях требование как таковое можно опустить, и использовать конструкцию «Ты можешь…». Разумеется, это должно быть твёрдое предложение некоего способа, а не вопрос и не приказ. Поскольку это предложение возможного способа действий, ребёнок не обязан соглашаться с ним; зато если он следует такому совету, то необходимость в ограничении пропадает. Если нет - сформулируйте требование и две другие альтернативы, раз от уже озвученной малыш фактически отказался.  
  
Например, в случае с кувшином воды можно прямо сказать ребёнку: «Ты можешь полить этой водой цветок» или даже «Ты можешь лить воду сюда и туда». Если ребёнок продолжает поливать ковёр, вы озвучиваете запрет: «Мы не поливаем ковёр, ты можешь вылить воду в раковину или ванну».  
  
✨ Важно правильно понимать смысл действий ребёнка. Если он страстно настойчив в отношении чего-либо, постарайтесь распознать, что именно так привлекает его, чтобы предоставить приемлемую альтернативу. Это же находка! Вы с ребёнком обнаружили какую-то грань опыта, которая сейчас нужна ему для развития, как никогда. Постарайтесь не упустить её.  
  
Если речь идёт о соблюдении режимных моментов — вовремя уйти, собраться — позаботьтесь о ритуалах, которые помогут ребёнку уложиться в сроки и будьте настойчивы, а терпение постарайтесь почерпнуть из понимания того, что для ребёнка ещё не очень-то ясно существует течение времени и структура расписания. Он правда не видит того же, что и вы. Ему очень поможет, если вы предупредите его о необходимости закончить что-то делать или уходить за некоторое время до того, как это нужно будет делать.  
  
✨ Если ребёнок снова и снова радостно нарушает запрет, он не стремится свести вас до срока в могилу, а скорее всего, рад убедиться в вашей надёжности. Если вы постоянны в своих требованиях — это успокаивает. На вас можно положиться, вам можно доверять.  
  
А если вы то разрешаете, то нет, то взрываетесь криком — непонятно, что вызывает каждую из разных реакций. Как это узнать? Проверить ещё сорок раз, конечно! Обеспечьте ребёнка постоянством требований, и вы почувствуете его благодарность, когда он сможет увериться в том, что защищён от опасностей вашими требованиями и заботой.

С уважением,

Педагог-психолог Купцова Ирина Сергеевна