**Консультация для родителей**

**«Как правильно отказывать ребенку»**

Данная консультация поможет вам, уважаемые родители, решить часто возникающую проблему в общении с ребенком 4-5 лет.

Спрашивая разрешения на что-либо, дети, конечно, рассчитывают, что вы позволите им сделать задуманное. Но часто бывает так, что идеи вашего ребенка вам не нравятся, и вы отказываете ему. На слово *«нет»*  практически все дети реагируют одинаково: сначала уговаривают, затем капризничают, а потом могут разразиться громким плачем, который перерастает в настоящую истерику. Эмоции переполняют всех, бывает трудно сдерживаться, но необходимо учиться этому. Иначе, отшлепав или отругав капризничающего ребенка, вы будете об этом сожалеть. Так что же делать, сдаться? Конечно, нет!

Есть полезные альтернативы, которые позволяют родителям быть твердыми и при этом не вступать в конфронтацию. Помните, что малыш - это уже настоящий человек, и его мнение, а также и протест, должно заслуживать уважения. Если ребенок чувствует к себе внимательное равноправное отношение, это поднимает авторитет взрослого в его глазах, вызывает доверие и готовность подчиняться не из страха, а из любви. Надо уметь слышать и понимать ребенка.

Предложим несколько ситуаций:

* ПРИЗНАЙТЕ ЧУВСТВА.

Ребенок : *«Я не хочу сейчас идти домой. Может, мы останемся?»*

Вы: вместо *«Нет, нам надо идти сейчас!»* признайте его чувства: *«Я вижу, если бы это зависело от тебя, ты бы остался здесь надолго, но, к сожалению, скоро совсем стемнеет»*. Беря малыша за руку, чтобы идти, добавьте: *«Понимаю, сложно идти домой, когда тебе так весело, но завтра мы обязательно еще раз придем».*

Сопротивление уменьшается, когда кто-то понимает твои чувства.

* ДАЙТЕ СЕБЕ ПОДУМАТЬ.

Ребенок : *«Я могу остаться с ночевкой у бабушки?»*

Вы: вместо *«Нет, ты ночевал у нее вчера»* дайте шанс подумать: *«Дай подумать»*. Это маленькое предложение достигает двух целей: снимает напряжение ребенка (он знает, что его просьбу серьезно рассмотрят) и дает вам время подумать над альтернативным вариантом.

* ЗАМЕНИТЕ *«НЕТ»* на *«ДА»*.

Ребенок : *«Мы пойдем на площадку?»*

Вы: вместо *«Нет, ты не доела свой завтрак»* воспользуйтесь словом *«да»* : *«Да, конечно, сразу после завтрака»*. Такая хитрость обескуражит вашего ребенка, ведь вы согласились исполнить его просьбу. А насколько быстро это произойдет, будет зависеть уже от него.

* ОПИШИТЕ ПРОБЛЕМУ.

Ребенок : *«Мама, пойдем гулять?»*

Вы: вместо *«Нет, я не могу сейчас»* опишите проблему: *«Я бы хотела пойти с тобой на улицу, но я поставила вариться суп, и он будет готов только через полчаса»*. Ребенок понимает, что он получит желаемое, но нужно немного подождать.

* ПИЩА ДЛЯ РАЗМЫШЛЕНИЯ.

Ребенок : *«Могу ли я сходить в гости к Саше поиграть?»*

Вы: вместо *«Нет, не можешь»* предоставьте информацию: *«Через пять минут будем обедать»*. Получив такой ответ, ребенок подумает про себя : *«Скорее всего, я не могу пойти сейчас, нужно сначала покушать»*.

Конечно, предложенные варианты заставляют размышлять и выкручиваться, что бывает порой нелегко. Но это лучше, чем ссора с ребенком или ее последствия. Иногда можно побудить ребенка сделать что- то, представив это как игру. Когда дети не хотят идти купаться, заигравшись с какой- то игрушкой, то можно предложить взять ее с собой и научить купаться; не хотят идти на прогулку, скажите, что мишке надо погулять на свежем воздухе. Конфликт будет исчерпан. Иногда нужно давать ребенку почувствовать негативные последствия его капризов. Ведь часто детям кажется, что они правы. Так, иногда они просят пойти в детский сад другой дорогой, и на ваши уговоры, что эта дорога более длинная, и вы можете опоздать, не реагируют. Подчинитесь однажды, и опоздав к завтраку и получив выговор от воспитателя, или пропустив что-то интересное с утра в группе, ребенок будет в следующий раз слушать вас без всяких споров. Не стоит проявлять насилие и заставлять ребенка следовать вашим желаниям, когда это не принципиально важно. Незачем требовать надевать ту одежду, которая нравится вам. Можно позволить выбрать вещи по желанию ребенка, лишь бы она была по сезону. То же касается и покупки игрушек, если разница в цене незначительна, то желательно приобрести вещь, которую выбрал ребенок, а не вы.

Если ребенок отказывается что-то делать, расспрашивайте о причинах отказа. Порой выясняется, что мы требуем невозможного. Скажем, нужно доесть кашу, но ребенок уже наелся печенья. Конечно, каша была бы лучшим завтраком, но факт свершился. Места для каши уже нет, желудок полон.

Договаривайтесь со своими детьми, идите на компромиссы. Работайте над собой, развивая в себе определенные качества характера: терпение, чуткость, уважение к личности маленького человека.

