

## «Зоны запретов, или как правильно запрещать»

Информацию подготовила: воспитатель Бородич Г.А.

**Цели:** научить родителей грамотно пользоваться запретами при воспитании детей; повысить их педагогическую компетентность.

**Задачи:** проанализировать стратегии реагирования родителей на опасные ситуации; познакомить с цветовыми зонами запретов Ю. Гиппенрейтер; совместно выработать правила использования запретов.

Оказывается, даже впервые произнесенное слово «Нельзя» рождает в душе малыша протест, или просто негативные эмоции. У ученых есть этому несколько объяснений. Первое: память поколений, которые задолго до рождения ребенка накапливали неприязненные чувства по отношению к этому слову, лишаящему "свободы". И второе: родители, даже не задумываясь об этом, произносят слово "Нельзя!" в категоричном, порой угрожающем тоне, что и рождает в душе ребенка бунт и протест. Продолжим, что же такое запреты? Запреты обусловлены социально. Они необходимы, чтобы сделать возможным сосуществование множества людей, с их разными, иногда противоречивыми желаниями. Но этих ограничений, требований, запретов не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

**Существуют три стратегии поведения родителей, которые связаны с безопасностью ребенка:**

**Первая стратегия** – оберегать ребенка любыми способами от различных опасностей. Родители действуют по принципу «знаю, где упадет, и постелю соломинку».

Ребенок при такой стратегии будет расти несамостоятельным. Он не умеет определять степень опасности и не знает, как реагировать на нее.

**Вторая стратегия** – предупреждать с расчетом на инстинкт самосохранения ребенка. «Не ходи – упадешь!» – говорят родители.

Как вы думаете, такая стратегия принесет пользу? Тоже нет. Ребенок станет боязливым, будет воспринимать все вокруг как опасное и непреодолимое.

**Третья стратегия** – определить границы и показать способы реагирования в той или иной ситуации. «Предупрежден значит вооружен!» – именно этому принципу следуют родители, которые придерживаются третьей стратегии. Что в этом случае получает ребенок? Он получает личный опыт и может самостоятельно определить степень опасности, овладевает навыками реагирования на сложившиеся обстоятельства.

Итак, **подведем итоги.** При первой стратегии поведения родителей есть вероятность, что, став взрослым, ребенок так и не научится определять степень опасности и правильно на нее реагировать. При второй стратегии – у ребенка могут возникнуть страхи, которые помешают ему адекватно воспринимать опасность. Третья стратегия – наиболее эффективная. Родители, которые ей следуют, дают возможность ребенку самому понять ситуацию и выбрать правильный способ реагирования на нее.

Для помощи родителям, какую стратегию поведения выбрать, я предлагаю **«метод цветных зон»** для формирования запретов ребёнку. Разработала это метод российский психолог Юлия Борисовна Гиппенрейтер. Она предложила **разделить все запреты на**

**зоны:** зеленую, желтую, оранжевую и красную.

- В **зеленую зону** помещаем то, что ребенок может делать по собственному разумению или желанию. Например, выбрать, какую книгу почитать, в какие игры поиграть, кого пригласить к себе на день рождения и т.д.

- **Желтая зона** включает те действия, в которых ребенку предоставляется относительная свобода. То есть он может выбирать, что ему делать, но в определенных границах. Например, ему разрешается каждый день смотреть телевизор, но не более 1 часа и не позднее 9 часов вечера. Или самому решить, когда приступить к домашним заданиям, но работа должна быть закончена к 20 часам. Важно, чтобы ребенок понимал, чем вызвано то или иное ограничение. Он вполне способен принять ваше спокойное, но твердое объяснение.

- Жизнь есть жизнь, в ней встречаются ситуации, которые заставляют нас иногда попадать в оранжевую зону. Она очерчивает те действия, которые разрешаются в случае особых обстоятельств. Например, отец возвращается после долгой командировки поздно вечером. Можно разрешить ребенку позже лечь спать и даже не пойти наутро в детский сад или (страшно сказать!) в школу. Или: ребенок оказывается в стрессовой ситуации, связанной с переездом, болезнью или смертью кого-то из близких.

- Последняя, **красная зона** включает в себя действия, которые не являются приемлемыми никогда и ни при каких обстоятельствах. Здесь не может быть никаких исключений из правил. Нельзя выбегать на дорогу, баловаться с огнем, обижать слабых, предавать друзей... От элементарных правил безопасности к моральным нормам и социальным запрета.

#### **Упражнение «Цветок запретов –цветок разрешения»**

Перед вами на столах трафареты детских ладошек. Это будущие лепестки для «цветка запретов». Обведите свою ладонь на желтой бумаге несколько раз. Это будущие лепестки для «цветка разрешений». На лепестках красного цвета запишите запреты для своего ребенка, а на лепестках желтого цвета – что ему можно. Наклейте лепестки на стебли так, чтобы для каждой цветовой зоны запретов получился свой цветок. **Заключение:** Итак, подведем итоги – как правильно запрещать.

*Первое* – все, что опасно для жизни, однозначно «нельзя»!

*Второе* – если запрещаете, то приводите аргументы. Если вы много раз без объяснений повторяете «нельзя», ребенок может уступить вам. Но как только вы будете вне поля зрения, ребенок нарушит запрет из-за любопытства. Ведь ему не объяснили, почему этого делать не стоит.

*Третье* – если запрещаете, то предложите альтернативу. Ребенок лучше воспринимает запреты, когда взрослый может предложить другие варианты. Например: «Рисовать на обоях нельзя, а вот на мольберте или на ватмане сколько хочешь. Пойдем вместе нарисуем что-нибудь».

*Четвертое* – запретов не должно быть много. Если вы часто употребляете слова «нет» и «нельзя», ребенок перестает их воспринимать.

*Пятое* – если вы что-то запретили, то не отменяйте свой запрет, не поддавайтесь на просьбы и обещания ребенка, его протесты и ухищрения. Будьте последовательными. Это необходимо для того, чтобы ребенок понял, что к мнению взрослого нужно прислушиваться. Если вы будете колебаться, поменяете свое решение, это выведет ребенка из равновесия. Для него будет непонятно, почему вчера «было можно», а сегодня «нельзя».

*Шестое* – когда что-то запрещаете ребенку, оставайтесь спокойными, контролируйте себя. Ведь ребенок определяет и оценивает ситуацию по вашим эмоциям. Раздраженный и громкий голос помешает ему запомнить запрет и его причины. А положительные эмоции не позволят воспринять ограничения всерьез. Потому все запреты проговаривайте без лишней эмоциональной окраски, в спокойном, но требовательном тоне.

*Седьмое* – запрещайте, но будьте справедливыми. Разногласия между родителями могут вызвать у ребенка недоумение и вывести из равновесия.

#### **Упражнение «Правила запрета». (домашнее задание)**

Ваша задача дома – сформулировать и записать запреты для своего ребенка или детей, характерные для каждой из цветовых зон.

#### **Примеры запретов:**

- зеленая зона – разрешается читать книжки, выбирать друзей, проявлять свои чувства, рисовать, ходить в туалет;
- желтая – можно гулять одному, но только во дворе; можно ходить по лужам, но в резиновых сапогах; можно смотреть телевизор, но до определенного времени;
- оранжевая – можно поесть сладкого, сколько хочешь, в день рождения; можно подольше посидеть у телевизора, за компьютером в выходные дни;
- красная – нельзя совать пальцы в розетку; нельзя открывать дверь чужим людям; нельзя разговаривать и уходить с незнакомыми.