***«Как говорить ребенку «нет» и не чувствовать себя виноватым?»***



***Простые правила***

1. ***Не торопитесь с ответом. Это не значит, что надо тянуть время или уклоняться от ответа. Это значит, вам нужно подумать, вникнуть в суть просьбы или предложения, с которыми обратился ребенок.***
2. ***Внимательно выслушайте и вникните в суть дела. Этим вы убьете сразу двух зайцев. Во – первых, ребенок, которого вы слушаете внимательно, почувствует, что он вам небезразличен. В результате вы проясните для себя позицию собеседника. Во – вторых , мы часто говорим «да» или «нет» машинально, под настроение.***

1. ***Покажите ребенку, что вы признаете его право иметь собственное мнение.***
2. ***Объясните коротко и внятно, что вы не можете (не хотите) делать то, о чем вас просит ребенок. Коротко назовите (объясните) причину отказа. Чем младше ребенок, тем проще и короче объяснение. Если ребенок не внял вашему «нет» и продолжает вас уговаривать, реагируйте как «автоответчик».***

***Правило «автоответчика»***

***Повторяйте одно и то же.***

***А именно: на каждый новый довод (выпад, скулеж) реагируйте так:***

***- соглашайтесь с доводами («Я понимаю, тебе хочется иметь велосипед», «Я понимаю, ты давно не был в кино» и т.д.);***

***- повторяйте отказ одними и теми же словами («Это очень дорогой велосипед», «В городе вспышка гриппа и мы не пойдем в кино»);***

***- аргументы у ребенка иссякнут. И ваш отказ примут как факт.***

***Важное дополнение!***

1. ***Говорите «нет» как можно реже.***
2. ***Только в особых случаях. Как в поговорке: редко, но метко. Тогда ребенок не будет спорить с вами, а вы не почувствуете себя виноватым.***
3. ***Предпочтение отдайте «да».***
4. ***А знаете, кому труднее всего сказать «нет»? Самому себе.***