



**Даже взрослым порой сложно отказать кому-либо в просьбе.** Страх испортить с кем-то отношения или показаться в глазах другого плохим пугает не только взрослого, но и ребенка. Для последних, это чревато риском попасть в плохую компанию или обрести вредные привычки.

□

Умение отказать другому человеку спокойно и твердо, не чувствуя вины, очень помогает в жизни.

Поэтому, мы подготовили для вас несколько советов о том, как научить ребенка говорить “нет”.

□

Нет.

Для начала, научите ребенка этому слову. Также, объясните, что произносить его нужно спокойно, без агрессии, но твердо, чтобы звучало убедительно.

□

Аргументы.

Иногда, простого “нет” недостаточно. Научите ребенка аргументировать свою позицию, мнение или объяснять причины, по которым он не может сделать тех или иных вещей.

□

“Почему ты хочешь, чтобы я это сделал?”

Не будет лишним задать несколько вопросов, если просьба не кажется ребенку правильной или он ставит под сомнение ее выполнение. Объясните ребенку, как задавать прямые уточняющие вопросы и анализировать ответы, сопоставляя их своим возможностям.

□

“А может, мы сделаем так?”

Если есть варианты действий, которые ребенок считает более удачными (приемлемыми, правильными), он может сделать встречное предложение. Таким образом, он проявит свое искреннее желание помочь или поучаствовать в каком-либо действии, но не тем способом, который предлагался изначально.

□

Без стремления обидеть.

В ситуациях, когда ребенка даже не слушают, он может сказать однозначное “нет” и

закончить разговор. Но чтобы сохранить хорошие отношения с человеком и избежать неловкой ситуации, лучше попрощаться с ним, как обычно, сказав “пока” или “до встречи”. Так ребенок даст понять, что уходит от просьбы, а не от общения с человеком в целом.