

## Как правильно запрещать

- 1 Все, что опасно для жизни, однозначно «нельзя».**  
Нельзя бить, кусаться, играть со спичками, обижать маленьких.
- 2 Если запрещаете, приводите аргументы.**  
Покажите на примере, что будет, если ребенок нарушит запрет.
- 3 Если запрещаете, предложите альтернативу.** Например:  
«Рисовать на обоях нельзя, а на ватмане, сколько хочешь».
- 4 Запретов не должно быть много.** Если часто повторять «нет» и «нельзя», ребенок перестает воспринимать запреты.
- 5 Если вы что-то запретили, не отменяйте запрет.**  
Не поддавайтесь на просьбы, обещания, протесты и ухищрения.  
Иначе ребенок перестанет воспринимать запреты.
- 6 Проговаривайте запреты спокойно, но требовательно, без лишних эмоций.** Раздраженный и громкий голос помешает ребенку запомнить запрет и его причины. Положительные эмоции помешают воспринять ограничения всерьез.
- 7 Запрещайте, но будьте справедливыми.** Когда ребенка нет рядом, договоритесь с другими членами семьи о единых для всех правилах поведения в разных ситуациях.