**Наказание и поощрение детей**

 

|  |
| --- |
| Наказание и поощрения, как основные методы воспитания, преследуют конечную цель благо ребенка. И то, и другое должно быть продиктовано родительской любовью и заботой. Однако не все родители задумываются о том, какие именно проявления любви они могут предоставить ребенку, в каких он нуждается, а руководствуются своими представлениями. Каждый родитель желает ребенку блага и счастья, но не каждый знает, как это сделать, и поступает чаще всего так, как поступали с ним его собственные родители, либо – наперекор им – прямо противоположно.  При рождении любимого и желанного младенца мать испытывает к нему безусловную любовь: за то, что он есть, что он родился. Это нормальное чувство радости. Условное отношение, так же необходимое человеку для дальнейшей жизни в социуме, начинается тогда, когда он превращается из младенца в ребенка: к нему начинают предъявлять первые требования и воспитательные меры, что происходит примерно к году. Им не только восхищаются за то, что он есть, а уже начинают оценивать его поступки.  **Любое воспитание возможно только на фоне безусловного положительного принятия ребенка.**  Это означает, что даже при наказании ребенок не лишается родительской любви и поддержки. У него должна быть уверенность, что его поймут и простят, а его поступки будут рассматриваться отдельно от его личности.  К сожалению, в большинстве случаев при наказании ребенок чувствует себя целиком отвергнутым; за критикой его отдельных поступков он чувствует непринятие его в целом. Родители зачастую используют такие эпитеты: «Ты хулиган», «Ты ничтожество», «Зачем я только тебя родила?».  Существует более конструктивный и эффективный вариант критики, когда критикуют только отдельные проступки ребенка, сообщая при этом какой эмоциональный удар он нанес вам своим поведением: «Сегодня ты сделал мне очень больно тем, что обидел бабушку», «Я расстроен твоим поведением в детском саду, и мне было очень стыдно слушать про тебя и твое поведение». С таких фраз гораздо легче начать разговор и выяснение причин поведения ребенка. А главное – в них не звучит оскорбления, на которое хочется ответить тем же.  **Кнут и пряник**  Дети для роста и развития нуждаются как в положительных, так и в отрицательных поглаживаниях. Как правило, мы хвалим детей гораздо реже, чем наказываем.Если ребенок ведет себя хорошо, то родители не обращают на него внимания, а если плохо – то наказывают. И тогда ребенок любым способом пытается обратить на себя внимание родителей, пусть даже негативное. Порой дети становятся «неблагополучными» из-за невозможности каким-либо способом получить внимание и одобрение родителей.  Часто родители жалуются на плохое поведение ребенка, декларируя при этом, что они «все делают для его блага, а он отвечает черной неблагодарностью». Когда начинаешь выяснять, что они подразумевают под «всем», то это оказывается даже чересчур избыточное удовлетворение материальных потребностей ребенка в ущерб эмоциональным. Сто первая ненужная игрушка. А неспособность проявить к детям эмоциональное участие они мотивируют занятостью на работе и недостатком времени. В таких семьях, как правило, приоритет имеют материальные достижения, которыми они хотят компенсировать недостаток тепла между членами семьи.  **Где кончается похвала и начинается баловство ребенка?**  В сознании многих родителей бытуют предрассудки, что похвалой и любовью ребенка можно избаловать. Где же граница между любовью и баловством?  Все мы нуждаемся в безусловном принятии. Однако это не означает, что все просьбы ребенка должны быть сразу же удовлетворены. Баловство начинается там, где взрослые не могут сказать «нет», наказать ребенка за проступки и потакают всем его просьбам в ущерб своим потребностям. Причины такого явления различны, а последствия разрушительны для психики ребенка:  - Вина перед ребенком за свои неправильные поступки, о которых ребенок может уже и не помнить, но родители погружены в переживание этой вины.   * - Неосознаваемое глубоко спрятанное непринятие ребенка (нежеланный, несвоевременный), которое на сознательном уровне отрицается. * - Тяжело или хронически больной ребенок. * - Поздний и\или долгожданный ребенок, который становится смыслом всей жизни для родителей.   Никакие непосредственные проявления чувств к ребенку (объятия, похвала, улыбка) в отличие от десятой ненужной машинки не приведут к избалованности, а только подтвердят Вашу любовь и укрепят доверительные отношения.  **Баловство так же разрушительно для психики ребенка,**  **как и отсутствие внимания.**  **Справедливое и несправедливое наказание детей**  Справедливым можно назвать такое наказание, которое ребенок получает, нарушая те правила, которые были обдуманы и обсуждены родителями, и которые известны ребенку. При несправедливом наказании ребенок чувствует искреннюю обиду и непонимание смысла наказания, а родители – чувство вины. Дети не понимают, за что получают наказание, поскольку не понимают, чего от них хотят. Родителям следует максимально конкретизировать те действия ребенка, которые считаются неприемлемыми.   * Другая причина – недостаток положительных поглаживаний, когда ребенок не имеет другого способа получить внимание родителей.   Несправедливое наказание детей происходит вследствие внутреннего состояния родителей, не обусловленного непосредственно поступками ребенка, а ситуациями, например, на работе – раздражения, усталости и пр. Ребенок получает наказание за то, на что обычно родители не обращают внимания – неубранные игрушки и пр. У ребенка возникает путаница из-за непоследовательного поведения взрослых.  Необходимо установить контроль над своим плохим настроением и следующим за ним поведением, а так же разрешить свои личностные трудности. Порой причины отклоняющегося поведения детей кроются в семейной ситуации. Типичный пример – [семья на грани развода](http://psyhoterapevt.nm.ru/html/razvod.html), где ребенок всеми доступными ему средствами пытается ее сохранить. Он отвлекает внимание родителей от их проблем своим поведением, объединяя их в том, что отвлекает внимание на себя. Если у Вас в семье хроническое психологическое неблагополучие, то необходимо наладить семейную обстановку, что непременно положительно отразится на поведении ребенка.   * Еще одна причина – пожалуй, самая трагическая: нелюбимый ребенок. Немногие родители могут себе в этом признаться, но если они нашли в себе силы для признания, они имеют шанс изменить свое поведение (если не отношение) к ребенку. Их резерв – чувство долга по отношению к ребенку. Причины могут быть разнообразными: в принципе нежеланный ребенок (женщина не хотела иметь детей, но «так вышло»; ребенок не того пола, которого ждали родители; ребенок похож и внешне, и характером на кого-то из нелюбимых родственников; непринятие ребенка отчимом или мачехой.) В данной ситуации, однозначно, что родители признавшие свое негативное отношение к ребенку, сделали первый шаг к исправлению ситуации. Здесь однозначно необходима помощь психолога, психотерапевта самим родителям, которая будет заключаться в установлении контроля над своим поведением по отношению к ребенку и в проработке глубинных проблем и чувств родителей.   **Помните, что Ваша родительская задача – вырастить ребенка с минимальными психологическими травмами и потерями.**  Родителями необходимо обсудить и установить разумные границы поведения ребенка: что ему разрешено или запрещено безусловно, а что возможно лишь в некоторых ситуациях и при определенных обстоятельствах. «Если ты хочешь поступить так, то…»  **Правила наказания детей**   * - При любом наказании ребенок должен быть уверен, что наказание справедливо, что его по-прежнему любят, и даже будучи наказанным, он не остается без родительской любви. * - При любом наказании детей они не должны быть лишены удовлетворения их биологических и физиологических потребностей. * - Ребенок должен быть информирован о том, за какие проступки последует наказание и в какой форме. * - Наказание детей должно носить временный характер. («Ты лишаешься возможности играть в компьютер ровно на три дня») * - При наказании детей следует избегать оскорблений и приклеивания «ярлыков». Обсуждается только поведение или конкретный поступок ребенка, а не его личность. * - При наказании детей исключено припоминание прежних проступков, Вы говорите с ними только о том, за что он наказывается именно сейчас. * - Наказание детей должно быть последовательным, а не от случая к случаю.   **Когда необходимо наказание детей**  Наказание детей следует применять только тогда, когда исчерпаны все другие методы воздействия: убеждение, объяснение неприемлемости его поведения, лишение ребенка каких-либо преимуществ или удовольствий. Главный принцип при выборе между наказанием и другим методом воспитания – это выбор меньшего из двух зол. Важно помнить, что целью наказания детей, как и любого другого является его же благо. К наказанию детей следует прибегать только в следующих ситуациях:   * - **Наказание детей правомерно, если поведение ребенка представляет угрозу для его жизни и здоровья.** Например, ребенок, зная правила поведения на дороге, назло родителям перебегает улицу перед машинами. * - **Если поведение ребенка угрожает жизни и здоровью окружающих** (игра с огнем, драки с более слабыми детьми.) * - **Если ребенок сознательно и целенаправленно доводит родителей или других членов семьи, не способных постоять за себя** (например, младших детей). Психологической подоплекой такого рода действий является проверка силы и границ родителей. Если родители не могут отстоять сами себя, то ребенок не может быть уверен, что в более опасной ситуации они смогут защитить и его самого. * Наказание неприемлемо по отношению к подросткам и к детям, чье неправильное поведение обусловлено болезнью (энурез, энкопрез, [депрессия](http://psyhoterapevt.nm.ru/html/deprdeti.html), [синдром гиперактивности с дефицитом внимания](http://psyhoterapevt.nm.ru/html/giperaktiv.html)), которая требует медикаментозного лечения.   **Неприемлемые способы наказания**  https://imagecdn1.luxnet.ua/tv24/resources/photos/news/640_DIR/201701/775104.jpg  Если взрослый человек  может воспротивиться и дать сдачи при несправедливом наказании, то у детей эта возможность отсутствует по причине их физической слабости и моральной и материальной зависимости от взрослых.   * - Физическое наказание детей, приносящее вред их физическому здоровью (удары по голове, нанесение тяжких увечий и т.п.) * - Пренебрежение основными потребностями ребёнка (здоровье, еда, сон, необходимая одежда, обувь, прогулки на свежем воздухе, общение со сверстниками, друзьями, игры и общие занятия и т.д.) * - Использование эпитетов и оскорблений по причинам, которые ребенок не может исправить или опротестовать. «Ты весь пошел в отца», «Ты бестолочь и подонок, из тебя никогда не вырастет нормального человека» и пр. Это приводит к тому, что ребенок чувствует себя униженным, а не просто наказанным. * - Причинение ребенку таких душевных страданий, которые он действительно не может вынести без ущерба для своей психики. Например, запирание ребенка, боящегося темноты, в темной ванной.   **Прощение**  В нашей культуре просьба о прощении носит ритуальный характер. Зачастую мы требуем извинений формально, не задумываясь, чего мы на самом деле хотим: истинного раскаяния или ритуальных слов, и не давая себе отчета, готовы ли мы на самом деле простить.  Как просьба о прощении, так и способность простить требуют немалых душевных сил. Простить – означает стереть проступок другого из памяти так, как если бы его и не было. Но для этого нужно время, понимание и прочувствование тех причин, что побудили человека совершить неприятный для нас проступок. Стоит рассказать о том, что вы испытывали в тот момент, когда вам причинили боль, дать обидчику время на обдумывание – стоит ли ему просить прощения и в какой форме, но ни в коем случае не торопить его.  Простить означает, что вы никогда не будете припоминать проступок и использовать его в качестве «козыря» при дальнейших разногласиях. Простить – не означает забыть, а скорее поменять отношение к произошедшему.  Ребенок, перед тем как попросить прощения, должен точно знать, в чем именно он провинился. Стоит рассказать ему о своих чувствах и дать время об этом подумать, не отвергая его как личность. При этом нужно быть готовыми к тому, что и вам самим придется в чем-то раскаяться.  Обычно просьбы о прощении ассоциируется со слабостью, которую родители никак не имеют право проявить перед детьми. На самом деле, извиняясь перед детьми, мы показываем свою силу и подаем пример, как это делается.  Зачастую мы сами не даем ребенку возможности осознать свою вину. Мальчика, провинившегося перед бабушкой, ставят в угол. Он лишен возможности отвлечься на другие стимулы и занятия, и поглощен мыслями о своем проступке. Но когда подходит время обеда, его оттуда извлекают, хотя он может быть и не голоден, и таким образом прерывается его осознание и осмысление своей вины. Причина в приоритете материальных ценностей (своевременного приема пищи) над духовными.  http://www.dallasmomsanddads.com/wp-content/uploads/2013/04/talking-tragedy.jpg  **Правила поощрения**  - Человеку в день нужно не менее 8 «поглаживаний» (похвала, одобрение, выражение доверия, ласковое и ободряющее прикосновение и т.п.), желательно, разных по способу и степени проявления.  - Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее.  При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения. Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребёнка), они должны быть чётко увязаны с действиями ребёнка.  - Поощрения должны исполняться. Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребёнка, им лучше выбрать реальное выполнимое поощрение. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний.  - Надо обязательно хвалить утром и на ночь. Не забудьте похвалить ребенка с утра, чтобы создать для него «ситуацию успеха» на весь долгий и трудный для него день! Не допускайте, чтобы ваш ребенок засыпал обиженным и в слезах – похвала на ночь позволит ему хорошо выспаться и восстановить силы.  Передозировка похвалы вредна. Поэтому выделяют ограничители:  -не хвалить ребенка за то, что достигнуто ребенком не своим трудом (красота, ум, сила, здоровье и т.д.) за исключением случаев наличия у ребёнка физического недостатка или «комплекса неполноценности»;  -не хвалить больше двух раз за одно и то же;  -не хвалить из жалости; не хвалить из желания понравиться. Но обязательно хвалить за малейшую попытку совершенствования себя.  - Чем младше ребенок, тем более наглядным, ощутимым и неотложным должно быть поощрение. У маленького ребенка плохо развито чувство времени. Поэтому такая формулировка, как «если ты будешь всю неделю убирать за собой игрушки, то в воскресенье мы пойдем с тобой в зоопарк» неприемлема. Ребенок плохо понимает, что такое неделя.  Ему можно предложить увеличить время чтения сказки на ночь, новую игрушку, о которой он действительно мечтал, но не имел возможности ее получить в силу неправильного поведения, больший по времени совместный досуг (игры).  Кроме того, я рекомендую повесить над его кроваткой настенный календарь, и в конце каждого дня вместе с ребенком совместно «выставлять оценку» за пройденный день, отмечая его определенным цветом: красный – отлично, оранжевый – хорошо, желтый – средненько, а зеленый – плохо.  **Слова похвалы:** |



У тебя все получилось. Очень хорошо. Отличная работа! Ты на верном пути. Великолепно! Правильно! Это именно то, что надо! Ты сделал это легко. Ты делаешь это очень хорошо. Ты сделал это так быстро! Это невероятно! Вот это да! Я не смог бы сделать лучше. Наконец-то! Я верил в тебя! Супер! Это намного лучше. Именно так! Это неплохой результат. Так держать! Необыкновенно! Прекрасно! Неплохо, очень даже неплохо. Ты быстро учишься. Тебя просто не узнать сегодня. Прекрасная идея! Отлично! Замечательно! Лучше не бывает! Это уже успех! Это твоя победа! Ты понял это так быстро! Чудно! Фантастика! Ты сделал сегодня много работы. Ты сделал это очень хорошо. Превосходно! Поздравляю! Грандиозно! Мне нравится ход твоих мыслей! Ты превзошел сам себя сегодня. Я верю в тебя! Я очень рада за тебя. Как ты хорошо все запомнил! Большое тебе спасибо. Ты делаешь это очень красиво! Просто здорово! Как ты много сделал сегодня! Я очень горжусь тобой. Я никогда не видел(а) ничего лучшего. Я знал(а), что ты можешь сделать это. Ты, наверное, долго тренировался? Я горжусь тем, как ты сегодня занимался. Это лучшее, что я когда-либо видел! Еще немного, и у тебя это получится. Я счастлив (а) видеть такую твою работу. Ты делаешь это сегодня значительно лучше. Это лучшее из того, что у тебя получалось. Ты хорошо справляешься с этим заданием. Продолжая так работать, ты добьешься еще лучших результатов. Ты выбрал правильный способ, чтобы выполнить эту работу. С каждым днем у тебя получается все лучше. Ты сделал сложную работу играючи. Какой оригинальный способ решения! Теперь ты чувствуешь свои возможности? Ты точно добьешься успеха, если будешь продолжать заниматься в этом направлении. Твоя работа дала прекрасные результаты!   
Твоя работа доставила мне много радости!