

Наказание ребёнка

Причины непослушания

1. Плохое самочувствие.
2. Нарушение режима дня.
3. Обилие новых впечатлений.
4. Смена обстановки.
5. Призывы к общению, борьба за внимание. Если ребенок не получает нужного количества положительного внимания, он привлекает к себе внимание плохим поведением.
6. Борьба за самоутверждение, стремление к самостоятельности. В семьях, где взрослые авторитарны, ребенок стремится доказать свое право на личное мнение и самостоятельные поступки.
7. Желание отомстить. За несправедливое отношение (к другому ребенку относятся лучше и внимательнее, чем к нему), за грубое или жестокое отношение к нему или любимому человеку и т.д.
8. Потеря веры в себя. У ребенка заниженная самооценка: «Я плохой. Меня не любят. Нечего и стараться. Все равно не получится».

Перед тем, как наказывать, проанализируйте причины непослушания ребенка. Может, у него есть причины капризничать и упрямиться?

Виды наказания и их последствия

Физическое наказание. Физические меры категорически запрещены. Ребенок не может противостоять взрослому человеку по силе, он не может защитить себя. Агрессия будет накапливаться, и ребенок обязательно «отыграется» на другом человеке (животном, предмете). Кроме того, такое наказание от любимого взрослого провоцирует внутриличностный конфликт: малыш одновременно и любит, и ненавидит, и боится одного и того же человека.

Временная изоляция (стояние в углу, сидение на стульчике, отправление в отдельную комнату, отказ от контакта). Нужно оговорить с ребенком время изоляции (пока пересыпается песок в часах, пока движется стрелка и т.д.) Время, которое проводит ребенок, наблюдая движение стрелки часов, пересыпание песка, становится для него периодом успокоения, дает ему возможность побороть свои импульсы. Внимание! Это наказание противопоказано детям, страдающим страхами. Оно может спровоцировать нервный приступ и другие негативные последствия.

Угрозы, унижения. Этот вид наказания является психологическим насилием и также категорически запрещен. Он ведет к большим личностным проблемам: заниженной самооценке, ощущению беспомощности, никчемности, проблемам взаимоотношений с людьми в будущем.

Наказание трудом. Ни в коем случае не стоит наказывать ребенка тем, что он должен делать добровольно (учиться, трудиться), от чего человек должен получать радость и удовлетворение. Подобные наказания могут на всю жизнь закрепить негативное отношение к труду и учебе.

Лишение удовольствия. Известный психолог Ю.Б. Гиппенрейтер в своей книге «Общаться с ребенком. Как?» советует: «Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое». Можно лишить ребенка просмотра мультфильма, поездки в гости, в цирк, покупки сладости или игрушки. Степень лишения должна соответствовать проступку.

Словесное внушение, объяснение. Обсуждая с ребенком его поведение, старайтесь делать это наедине и спокойным тоном.

Итак,

- объясняйте ребенку, за какой поступок он наказан;
- никогда не наказывайте ребенка в порыве ярости, иначе наказание может превысить степень проступка;
- если вы наказали ребенка в порыве гнева и знаете, что поступили неправильно, не стесняйтесь попросить у него прощения;
- развивайте в себе выдержку и не пытайтесь воздействовать на ребенка авторитетными методами. Дайте малышу возможность говорить о своих желаниях. А затем объясните, почему вы не можете их удовлетворить;
- исключите эмоции, когда призываете своего ребенка к порядку, не читайте ему нотаций и не спорьте с ним. Делайте то, что считаете нужным;
- вместо запрета скажите ребенку: «Объясни мне, почему ты хочешь это сделать. Как ты думаешь, что случится, если ты поступишь так?» Помогите разобраться с ситуацией.

Добиться от ребенка определенного поведения можно двумя путями. Либо наказывать за проступки, которые он совершает, т.е. использовать "отрицательное подкрепление", либо поощрять его достижения, т.е. использовать "положительное подкрепление".

К чему приводит отрицательное подкрепление?

- к ухудшению взаимоотношений между родителями и детьми,
- к подавлению инициативы и активности ребенка в страхе ожидания наказания,
- к агрессивному поведению у ребенка,
- к формированию у ребенка заниженной самооценки,
- к нарушению формирования личности в целом.

Положительное подкрепление сразу формирует необходимое поведение. Все внимание сконцентрировано на достигаемых успехах. Положительным подкреплением для ребенка может быть не только ваше внимание и материальное вознаграждение, но и положительные эмоции, которые малыш получает, когда видит, что у него что-то получается.

Решая вопрос о наказании, ознакомьтесь с правилами американского психолога Д. Добсона

1. Сначала установите границы - затем требуйте их соблюдения. Если вы не установили правила - не требуйте их исполнения.

2. На вызывающее поведение отвечайте уверенно и решительно. Беспомощность взрослого лишает его авторитета в глазах детей.

3. Отличайте своеволие от детской безответственности. Ребенка нельзя наказывать за непреднамеренный поступок. Детская безответственность – это не злостное непослушание, она требует более терпеливого отношения.

4. Когда конфликт исчерпан - утешьте и объясните. После того, как срок наказания истек, помириться с малышом. Скажите, как вы его любите и как вам неприятно наказывать его.

5. Не требуйте невозможного. Родители должны быть уверены в том, что ребенок в действительности может исполнить то, что от него требуется.

6. Руководствуйтесь любовью. В любом воспитательном процессе неизбежны промахи, ошибки и конфликты.

Психологам хорошо известно, что дети, воспитывающиеся в жестоких семьях, со временем начинают подвергаться испытаниям окружающих и мучить самих себя. У таких детей формируется низкая самооценка, они не верят людям, конфликтуют с ними, они мстят за себя всеми возможными способами, отказываясь учиться, совершая противоправные поступки.

Альтернативы наказанию

Перед тем, как наказать, предупредите ребенка: “Сейчас я буду ругаться”. Возможно, это остановит его.

Объясните причины, почему нельзя так себя вести.

Говорите о своих чувствах, которые переполняют вас в данный момент: «Меня расстраивает ... Мне грустно ... Мне обидно...»

Вместо обидных слов (“балбес”, “бестолочь”) придумайте свое ругательство. Например, “Ах ты, трикапулька басюлька!”.

Чтобы не сказать в порыве гнева что-то опасное, что ребенок воспримет близко к сердцу, лучше рычите или пойте.

Попробуйте ругаться шепотом, сделав при этом строгий взгляд.

Найдите приемлемые альтернативы. Например, если вы не хотите, чтобы ребенок строил крепость в столовой, скажите ему, где он может ее строить.

Покажите ребенку, как вы хотите, чтобы он себя вел.

Старайтесь давать выбор, а не указания, так как указания вызывают противодействия.

Иногда идите на маленькие уступки. Например: «Я разрешаю тебе сейчас не убирать игрушки, потому что ты сильно устал, но утром придется их убрать».

Позвольте случиться тому, что должно случиться (когда это возможно). Например, ребенок, который не повесил свой купальный халат и полотенце, может найти их завтра все еще влажными.

Применяйте действие, когда это необходимо. Например, если ваш ребенок хочет упрямо бегать по дороге, держите его за руку, при этом объясняя опасности.

Удалите ребенка из конфликтной ситуации и оставайтесь с ним, чтобы выслушать, поддержать и разрешить конфликт.

Разряжайте конфликт смехом. Смех помогает высвободить гнев и чувство беспомощности.

Заклучайте сделку, ведите переговоры. Например, если ваш ребенок не хочет уходить с игровой площадки, договоритесь, сколько раз он может спуститься с горки перед уходом.

Помните: маленькие дети обладают сильными чувствами и потребностями, и поэтому для них естественно быть шумными, любопытными, неряшливыми, нетерпеливыми, творческими, забывчивыми, пугливыми, эгоистичными и полными энергии. Постарайтесь принимать их такими, какие они есть.

Вспомните, сколько раз в жизни вы сдерживали злость и раздражение из-за страха увольнения, боязни одиночества, общественного мнения. Теперь сделайте это из-за любви к вашему ребенку.

Использованные источники:

1. Галигузова Л.Н. Можно ли наказывать детей?
http://www.portal-slovo.ru/pre_school_education/36595.php
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: Сфера, 2003.
3. Луговская А., Кравцова М., Шейнина О. Решебник для родителей
<http://www.topsecret.ru/secret/kak-pravilno-reagirovat-na-neposlushanie-rebenka>