**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**

**Наказания: основные ошибки, правила и принципы**

[*Волженина Т. С.*](http://www.vinograd.su/authors/detail.php?id=43394)

|  |
| --- |
| Рисунок Н. Климентовской  *Сторонники систем воспитания, отрицающих наказания как негуманные меры по отношению к детям, часто опираются на негативный опыт в этой области, который накапливается по мере утраты воспитательных традиций. Как избежать характерных ошибок на этом сложном пути, советует профессиональный детский психолог.*   **Основные ошибки**  • Полный отказ от наказаний. Еще пару десятков лет назад на вопрос в аудитории родителей: «Следует ли наказывать ребенка?» — мы бы получили однозначный ответ: «Да». Подавляющее большинство родителей без раздумий ответили бы так. Сегодня такого единодушия в ответах на этот вопрос не встретишь. Нередко можно услышать: «Зачем наказывать детей? Это жестоко по отношению к ним. Мы должны быть гуманны. У детей должно быть счастливое детство. Ничего нельзя запрещать. Ребенок сам начнет себя хорошо вести, когда вырастет и все поймет». Такие родители стремятся как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними.  Но в результате без наказания у детей не формируется представление о границах дозволенного, умение себя вести в обществе и складывается эгоистическое, неуважительное отношение к людям, в том числе и к своим родителям. Такие дети неуправляемы и агрессивны. И зачастую ни во что не ставят авторитет взрослых.  Наверное, и вам приходилось сталкиваться с подобными случаями. Недавно мне пришлось в самолете наблюдать такого ребенка. Во время посадки, когда необходимо было сидеть в кресле с пристегнутыми ремнями, это дитя бегало по салону, кривлялось, валялось на полу, показывало окружающим язык, обзывалось, стреляло в пассажиров из детского пистолета... ни мама, ни бабушка, ни стюардесса ничего не могли с этим поделать. Ребенок никак не реагировал на замечания взрослых. А ему всего 4-5 лет. В конце концов, его удалось успокоить только силой, вызвав при этом бурную истерику.  При взгляде на случившееся возникали грустные мысли: «Если родители в таком возрасте не могут с ним справиться, то что же будет дальше, когда он пойдет в школу? Ясно, что ему будет очень сложно приспособиться и привыкнуть к школе, у которой определенные нормы и правила.  А как будут чужие взрослые и дети реагировать на подобные выходки мальчика? Скорее всего, его ждет отвержение в классе, потому что мало кто будет постоянно терпеть такое.  Но пока ребенок маленький, все еще можно исправить. Но для этого родители должны поменять свою позицию, понять, что подобное поведение недопустимо, и выстроить четкую систему правил, поощрений и наказаний — только тогда ребенок может измениться в лучшую сторону.  • Вот еще одна ошибка родителей, прямо противоположная первой, — чрезмерное наказание ребенка. Здесь могут быть две ситуации. Либо ребенка наказывают много, либо очень сильно.  В первом случае на ребенка накладывается большое количество ограничений, когда почти ничего «нельзя»: ребенок фактически каждые пять минут становится нарушителем правил, что провоцирует очередное наказание. Причиной тому становятся завышенные требования к ребенку, ориентация на его полное и слепое послушание и элементарное незнание родителями основных закономерностей психического развития детей.  Во втором случае ребенок за любой проступок наказывается очень сильно. Пришли как-то ко мне за консультацией родители, которые наказывали сына за любой проступок, будь то порванные брюки или плохое поведение в школе — ремнем и заставляли какое-то время стоять на коленях! Предположим, семья принимает допустимость таких способов наказания ребенка, тогда они должны применяться лишь в крайних случаях, когда другие способы наказания исчерпаны и недейственны, но ни в коем случае не быть ежедневны, иначе можно озлобить ребенка и сделать агрессивным. И уж в любом случае недопустимы физические наказания детей, приносящие вред их физическому здоровью (удары по голове и т.п.).  • Одинаковое наказание за разные проступки. Наказание должно быть адекватно проступку. Нельзя наказывать абсолютно одинаково за то, что ребенок балуется за столом и проливает суп на скатерть, за то, что бьет маму, и за то, что без разрешения берет чужие вещи. Ведь на самом деле пролитый суп — пустяк по сравнению с тем, что ребенок ударил маму и заявил: «Мама плохая! Уйди от меня!» или что-то украл. Грубость по отношению к взрослым, воровство — это не просто несоблюдение дисциплины в бытовом плане. Поэтому и наказание должно быть абсолютно разным и соответствовать тяжести проступков. Иначе серьезное нарушение уравнивается с мелким проступком, ребенок теряет ценностные ориентиры, его представления о том, что такое хорошо и что такое плохо, искажаются.  • Ребенка наказывают в присутствии посторонних людей и, особенно, на глазах у его друзей. Это может сильно ранить ребенка.  • Наказывает ребенка всегда только один из родителей, например отец. В этом случае мама ничего не делает с провинившимся ребенком, а лишь говорит: «Вот придет с работы папа, он с тобой разберется!» Или наоборот, папа абстрагируется от наказаний, предоставляя полную свободу маме в этом вопросе. Не должно быть этого, иначе у ребенка может сформироваться представление, что кто-то из родителей «хороший», а другой, постоянно наказывающий, — «плохой».  • Ребенка наказывают за то, что родители себе позволяют делать. Например, за то, что читает или смотрит телевизор во время еды или разбрасывает вещи по комнате, при этом родители могут иногда поступать точно так же. Вся семья должна следовать одним и тем же правилам и запретам. Родители могут требовать выполнения лишь того, что сами соблюдают.  • Некоторые взрослые с помощью наказаний решают что-то, выходящее за пределы компетентности дисциплины. Например, формирование вкуса, привитие каких-то чувств, настроения. Некоторые привычки не должны навязываться ребенку принуждением.  • При наказании не учитываются индивидуальные и возрастные особенности ребенка.  **Основные принципы и правила**  1. Прежде всего, ребенок должен знать о том, какие его проступки повлекут за собой наказание и в какой форме. Сначала нужно установить границы, а потом требовать их соблюдения. Если родители не объяснили ребенку, что, допустим, баловаться за столом — это плохо, то это не вина ребенка. Сначала ему нужно объяснить, а потом чего-то требовать.  2. Родители должны сами для себя определить, чего хотят и чего не хотят видеть в поведении своего ребенка. А ребенок в свою очередь тоже должен знать, что приемлемо в его действиях, а что — нет. Только при таком условии наказание будет восприниматься как справедливое.  Замечу, правил не должно быть слишком много, и они должны быть ребенку понятны. Тогда их будет легко соблюдать. Иначе он может взбунтоваться и демонстративно не слушаться.  3. Ребенок должен понимать, за что наказан. Сначала поговорите с ним, напомните правила, которые были установлены и которые он нарушил, расскажите, какие его действия и поступки привели к наказанию, и обязательно выслушайте его объяснения. Если ребенок в этот момент находится в состоянии гнева, раздражения, например, когда он подрался с кем-то, очень сильно обиделся на кого-то и проявляет агрессию, — остановите его, постарайтесь удержать, не давайте действовать. Только когда он немного успокоится, с ним можно поговорить.  4. И вообще, старайтесь как можно чаще с ребенком разговаривать, при каждом удобном случае расставляйте акценты на происходящее, обсуждайте ежедневные события, его поступки. Это поможет ребенку осознать, как его действия отражаются на окружающих, лучше понимать установленные границы и нормы.  Наказывая ребенка, не кричите, не злитесь: нельзя наказывать, когда вы в приступе гнева, раздражены, когда ребенок попался «под горячую руку». Лучше самому остыть, успокоиться и только тогда наказывать ребенка.  5. Наказание должно следовать сразу за проступком ребенка (это относится больше к маленьким детям). Детская память коротка, поэтому последующие события дня достаточно быстро сотрут из его памяти этот эпизод.  6. На вызывающее, демонстративное поведение ребенка, явное неповиновение нужно отвечать уверенно и решительно. Нужно быть готовым к этому и твердо предъявить требования, которые бы ограничили подобное поведение ребенка. Не нужно оставлять этого без внимания. Ребенок должен осознать, что такое недопустимо. Помните, беспомощность взрослого лишает его авторитета в глазах детей.  7. В семье должно быть единство взглядов на процесс воспитания и наказания ребенка. У всех взрослых должны быть единые требования к ребенку. Если чего-то нельзя, значит — это действительно нельзя. А если один родитель что-то запрещает и за это наказывает, а другой — разрешает, то очень быстро ребенок научается манипулировать взрослыми.  8. Нужна наша последовательность в действиях, а не банальное наказание ребенка от случая к случаю. Нельзя сегодня за какой-то проступок наказать, а завтра, когда маме будет некогда, на то же самое не обратить внимание. Если будет так — со временем ваши запреты не будут восприниматься ребенком серьезно.  9. Не нужно дважды наказывать ребенка за один и тот же проступок.  10. При наказании детей не вспоминайте прежних проступков, помните, что наказываете ребенка за конкретный поступок, который был совершен именно сейчас.  11. При любом наказании нельзя лишать ребенка удовлетворения его физиологических и биологических потребностей (например, лишать сна, еды и т.д.).  12. Нельзя причинять наказанием душевные страдания ребенку. Например, иногда родители заставляют ребенка, боящегося темноты, одного сидеть в темной комнате или запирают его в ванной.  13. Некоторые родители, наказывая ребенка за какие-то проступки, в качестве наказания используют усиленный «наряд» на кухне, дополнительные занятия по какому-либо учебному предмету или, например, по музыке. Но этого делать нежелательно. Нужно стараться не наказывать ребенка трудом, спортом, музыкой и т.д. Во-первых, это может выработать у детей стереотип, что труд — наказание. А во-вторых, это будет формировать негативное отношение к данному виду деятельности.  14. Нельзя унижать ребенка, использовать негативные эпитеты и оскорбления: «Из тебя никогда не получится нормального человека», «У тебя руки не оттуда растут», «Ты хулиган», «Ты такой же, как твой отец», «Зачем я тебя родила» и т.д., и т.п. Нужно оценивать не личность ребенка, а лишь его проступок. Ведь существует достаточно конструктивный и эффективный способ высказывания своего недовольства, когда критикуют только отдельные проступки ребенка, сообщая при этом, какой эмоциональный отклик они у вас вызвали (т.н. «Я-высказывание»»): «Сегодня ты сделал мне очень больно тем, что обидел бабушку», «Я расстроена твоим поведением в школе, и мне было очень стыдно слышать от учителя про тебя и про твое сегодняшнее поведение на уроке физики».  15. При любом наказании ребенок должен быть уверен, что его по-прежнему любят, и даже будучи наказанным, он не остается без родительской любви. Когда конфликт исчерпан и срок наказания истек, постарайтесь помириться с ребенком. Еще раз объясните ему, почему он наказан и как в следующий раз следует поступать. Скажите ему, что вам неприятно его наказывать, скажите, что вы его по-прежнему любите, но определенные поступки в его поведении вам не нравятся. Очень нежелательно использовать в качестве наказания словесное или видимое проявление «нелюбви» к ребенку. Не нужно говорить малышу: «Мне такой сынок не нужен», «Я тебя разлюбила», «Я тебя такого не люблю», «Уйду от тебя к другому мальчику» и др. Это может очень сильно ранить ребенка.  И последнее, конечно, самое главное — при любом наказании нужно руководствоваться любовью! Наказание в воспитании, наряду с поощрением, преследует главную цель — благо ребенка. Потому оно должно быть продиктовано родительской любовью. |