

Введение.

Многие родители сталкиваются с тем, что ребёнок становится просто неуправляемым, всё делает наоборот. Всякий контакт с ним приводит к скандалу. За скандалом следует наказание – взаимные обиды и потеря доверия. Эти проблемы растут, как снежный ком: родители кричат, и ребёнок перестаёт слышать спокойную речь, родители жёстко наказывают, ребёнок учится врать и изворачиваться. Есть родители, которые считают, что ребёнка необходимо «сломать», иначе он «сядет на шею», избалуются. Их слово всегда, при любых обстоятельствах и любой ценой останется последним. Есть родители, которые пытаются предугадать каждый шаг своего малыша (который останется «малышом» и до 20 и до 30 лет), предупредить, защитить, оградить от всего. Есть такие, которые, столкнувшись с проблемами, машут на всё рукой: «Делай что хочешь. Только потом не жалуйся. Это твоя жизнь». Все родители – эти и многие другие – желают счастья своим детям. Но далеко не всем удаётся сохранить с ними взаимопонимание, доверие и любовь. Эта книга учит тому, как нужно воспитывать детей. Но она приглашает задуматься, какие мотивы заставляют ребёнка быть непослушным, а какие порождают у взрослого желание наказывать, какие результаты могут дать те или иные методы воспитания. Выбор же остаётся за вами.

Почему малыш не слушается.

Что делать, если ваш малыш не слушается? Чтобы разобраться в этом, нужно постараться ответить на следующие вопросы:

Почему ребёнок не слушается? Что он хочет этим сказать, чего добиться?

Как реагировать на то, что малыш не слушается? Наказывать? Отвлекать? Не обращать внимания?

Картинка из жизни. *Восьмимесячная девочка сидит за столом на коленях у мамы и тянется к горячей чашке. Мама говорит: «Нельзя!» Девочка руку убирает и тут же снова тянет к чашке. Мама шлёпает её по руке. Ребёнок плачет.*

Что произошло? Девочка, хоть и маленькая, но понимает слово «нельзя». И всё же делает наоборот. Почему? Она начинает исследовать границы дозволенного, старается разобраться, почему чашку то можно взять, то нельзя, почему мама сейчас сердиться, а в прошлый раз смеялась.

Стоит ли наказывать такую малышку? Она пытается понять причинно-следственные связи, изучает мир, а мама, вместо того чтобы быть защитой, вдруг сама становится опасностью (ударила).

С какого же возраста ребёнок может понять, за что его наказывают? Точно ответить на этот вопрос сложно, поскольку, с одной стороны, это довольно индивидуальный процесс, с другой стороны, нередко бывает трудно определить, что стоит за этим пониманием: интуитивная реакция на недовольное выражение лица

взрослого и строгий тон или начало осознания. Вот, что думают а этот счёт психологи.

Не надо прибегать к наказаниям раньше, чем ребёнку исполниться 2,5 – 3 года. Ведь никому в голову не придёт шлёпать новорожденного младенца. Ребёнок должен быть в состоянии понять цель наказания – научить его правильно вести себя. Он должен видеть наказание как результат каких-то своих неверных поступков, а не как проявление злой воли. Ведь ваша задача не обидеть, а обозначить, что так-то и так-то делать не надо.

Что может сделать взрослый, чтобы сгладить след от обиды, оставшейся у малыша после наказания? Психологи рекомендуют иногда пошутить по поводу наказания и даже придумать какую-нибудь игру, чтобы ребёнок тоже имел повод наказать вас. Если он почувствует, что и вы подчиняетесь этим правилам, он меньше будет сердиться, когда вы примените их к нему.

Внимание! Если вы всё же решили наказывать ребёнка за тот или иной проступок, будьте последовательны.

Представьте себе такую ситуацию:

Малыш за завтраком вылил компот на стол. Мать, сдвинув брови, погрозила ему пальцем и отобрала чашку. За обедом малыш повторяет эксперимент. Но у мамы хорошее настроение, она смеётся, целует его. За ужином – та же ситуация, но мама выходит из себя, выгоняет ребёнка из-за стола, шлёпает его.

Что в итоге? Малыш обижен. Он получил противоречивую информацию относительно правильности данного поступка. Он не может понять, в чём же его вина.

Здесь мне хотелось бы сделать ещё одно очень важное замечание. Ругая ребёнка, представьте себе, что это взрослый, или даже вы сами попали в аналогичную ситуацию. Итак, вы в гостях опрокинули чашку. Или даже она соскользнула на пол и разбилась. Какой реакции вы ждёте от окружающих: «Не страшно, со всеми бывает... На счастье! Чепуха, сейчас уберём». А теперь представьте себе, что вы услышите фразу, которую говорите в таких случаях своему ребёнку: «Ну ты разява! Руки, что ли, у тебя не оттуда растут? Ну и свинюшка у меня выросла! И т.д.». Обидно? Но почему же мы считаем, что детей можно обижать, а взрослых нет? Разве в этом отношении у них не равные права? Нет, не равные. Взрослый всё - таки имеет большой опыт, а ребёнок только учиться. И это нормально, что у него что-то не получается, что-то ломается, проливается, бьётся... Задумайтесь над этим.

Психологами были выделены четыре основные причины нарушения поведения детей, в том числе и их нежелания выполнять требования взрослых.

1. Недостаток внимания. Ребёнок не получает того количества внимания, в котором нуждается. Родителям часто не хватает времени и сил, чтобы уделить время для игр, разговора,

занятий с ребёнком, но для того чтобы поругать или наказать, они всегда его найдут.

Картинка из жизни. *Папа гуляет с двухлетним сыном. Мальчик играет в песочнице, вдруг берёт горсть песка и кидает в отца. «Не делай этого. Нельзя!» – ребёнок смеётся и кидает снова. «Не делай этого, а то задам!» – повышает голос отец. Малыш повторяет ещё раз. Отец с гневом выполняет свою угрозу.*

Попробуем представить себе, что чувствует отец. Он обижен, недоумевает, почему ребёнок так себя ведёт. Ещё ему стыдно, что другие родители, гуляющие во дворе, видели, что сделал его сын, и подумали, что ребёнка плохо воспитывают. А потом видели, как он сынишку отшлёпал, и подумали, что он плохой отец.

А что чувствует ребёнок? Сперва он звал папу поиграть вместе, но папа разговаривал с соседкой. Потом кинул песок, и папа сразу перестал разговаривать и обратил на него внимание. Но вместо того, чтобы посмеяться вместе, накричал и отшлёпал.

2. Борьба за самоутверждение. Непослушанием ребёнок проявляет свою самостоятельность, свой выбор, протестует против чрезмерной родительской опеки. Это происходит в том случае, когда родители пытаются предупредить каждый шаг ребёнка.

3. Желание отомстить. Мы порой не замечаем, что тот или иной поступок пошатнул веру малыша в нас, нанёс вред доверию и чистоте наших взаимоотношений. Что-то пообещали и не выполнили, договорились никому не рассказывать, но тут же по телефону «А мой-то...» Несправедливо наказали, не выслушали его объяснения. И ребёнок начинает действовать по принципу «Вы мне сделали плохо, и я вам».

4. Потеря веры в собственный успех. Если взрослые слишком часто повторяют ребёнку, что он тупица, что у него кривые руки и что вообще в жизни никогда и ничего не добьётся, ему ничего другого не остаётся, как всем своим поведением подтверждать сложившиеся о нём мнение.

5. Самое важное – понять, что ребёнок делает что-то «не так» не «вам назло». Его поступок вызван вескими причинами, разобраться в которых – задача взрослого. Отечественный психолог Ю.Б. Гипенрейтер в своей книге «Общаться с ребёнком. Как?» рекомендует родителям следующее.

- Если вы *раздражены*, то, скорее всего, непослушание вызвано *борьбой за ваше внимание*.
- Если *переполнены гневом*, то ребёнок пытается *противостоять* вашей воли.
- Если поведение ребёнка вас *обижает*, то скрытая причина – *месть*.
- Если вы находитесь во власти *безнадёжности* и отчаянья, то ваш ребёнок глубоко переживает свою *несостоятельность* и не благополучие.

Внимание! Если ваш ребёнок не слушается, обратитесь к собственным чувствам!

Послушный ребёнок. Какой он?

Что по-вашему, означает слово «слушается»? Что такое «послушный ребёнок»? Могут ли взрослые предъявлять ему такое требование? «Вежлив, послушен, хорош, удобен, а и мысли нет о том, что будет внутренне безволен и жизненно немощен, - писал знаменитый педагог Януш Корчак. - Всё современное воспитание направленно на то, чтобы ребёнок был удобен, последовательно, шаг за шагом, стремится усыпить, подавить, истребить всё, что является волей свободой ребёнка, стойкостью духа, силой его требований и намерений...»

Послушный ребёнок – гордость родителей. Он вырастет и станет послушным взрослым. Так ли это хорошо? Не скрывается ли за подобным воспитанием опасность вырастить человека, который не несёт ответственности за свои поступки. Послушный ребёнок не совершает произвольных, не отвечает за свои действия – он только слушает, что ему говорят старшие, и выполняет это не потому, что считает нужным, а потому, что быть послушным – похвально.

Картинка из жизни. Жалуется мама мальчика. Он пошёл в первый класс, но никто не хочет с ним дружить. «Хороший, умный, послушный мальчик», - удивляется мама. Оказывается, дело в том, что ребёнок любит, подняв руку, сообщить учительнице: «А у Маши кукла под партой. А вы сказали, что с игрушками на урок нельзя». Что стоит за ябедничеством? Желание похвалы, стремление быть отмеченным учительницей, страх оказаться «непослушным», плохим...

Взрослым следует чаще задумываться, на что направлено их воспитание. Чего они добиваются, желая ребёнку счастья? Что ждёт их в будущем? Сможет ли ребёнок, которого в детстве пороли, во взрослом возрасте понять своих родителей. Захочет ли поддерживать с ними отношения. Будет ли чутким тот, вокруг которого всегда были мамы – бабушки – тёти, исполняющие любое желание и всегда всё прощающие. Что делает человека нежным, внимательным, заботливым по отношению к близким людям. Только гармоничное воспитание. А это взаимопонимание с родными, это вера в то, что они всегда поймут и простят. Ребёнок, для того чтобы правильно развиваться, должен чувствовать себя комфортно с родителями. Не бояться наказаний, а стремиться избегать дурных поступков, чтобы не огорчать близких. А если уж что-то случилось, суметь объяснить, попросить совета.

В психологии есть такой термин «базовое доверие к миру». Это доверие формируется в раннем детстве, а закладываться начинает ещё до рождения. Что означает «базовое»? То, что оно является фундаментом для развития у ребёнка положительного отношения к действительности, чувства защищённости. Оно является гарантией того, что ребёнок воспринимает окружающий мир с доверием, интересом, радостью. Многие черты характера, такие как чуткость,

смелость, оптимизм, любознательность и др., определяют наличие этого фундамента. К сожалению, слишком жёсткое воспитание или гиперопека способны разрушить у ребёнка это «доверие к миру».

Как реагировать на непослушание.

Родители часто обращаются к психологу с вопросом, как им реагировать на непослушание ребёнка? Существуют три основные тактики:

- **Игнорировать поведение ребёнка** (не обращать на него внимания).

Картинка из жизни. История, на мой взгляд, почти анекдотическая. Ко мне обращается за помощью молодая мама. Её шестилетняя девочка просыпается ночью и плачет. В результате ночами не спят ни сама девочка, ни мама, ни папа. В чём дело? Может быть малышка больна? Нет, оказывается мама пыталась игнорировать поведение ребёнка. Она не вставала, не подходила к детской кроватке, не укачивала, толь сидела рядом на своей кровати и тихо плакала от бессилья. На мой вопрос: «Почему же вы к ней не подходили?» мама отвечала: «Ну вот ещё. Привыкнет, будет думать, что я к ней всё время подходить буду».

-**Отвлекать ребёнка** (переключать внимание ребёнка, показывая или давая ему что-нибудь интересное). Это один из самых распространённых способов, если дело касается совсем маленьких детей. Наказания к ним ещё не применимы, т.к. они не могут установить причинно-следственную связь между своим действием и наказанием. Но бывают очень и очень упорны в достижении довольно опасных целей: залезть на стол, достать чашку с горячим чаем и пр.

- **Наказывать** (шлёпать, ругать, ставить в угол и пр.) О наказаниях хотелось бы поговорить более подробно.

Определив причину непослушания, задумайтесь: можно ли решить проблему мирным путём (иногда достаточно просто пересмотреть ваши взаимоотношения). И в этом случае очень важно определить, насколько правомерны ваши требования. Не нарушают ли они права ребёнка. Возможно многих родителей удивит, о каких, собственно, правах такого малыша может идти речь. Ведь он беспомощен, ещё ничего не знает и не умеет, полностью зависит от нас и является нашей собственностью. Все верно, но тем не менее это не так. Ещё Януш Корчак писал о правах ребёнка и в качестве основных выделял следующие три:

- 1. Право ребёнка на смерть.**
- 2. Право ребёнка на сегодняшний день.**
- 3. Право ребёнка быть тем, что он есть.**

«Страх за жизнь ребёнка соединён с боязнью увечья, боязнью увечья сцеплена с чистотой, залогом здоровья; тут полоса запретов перекидывается на новое колесо: чистота и сохранность платья, чулок, галстука, перчаток, башмаков. Дыра уже не во лбу а на коленках брюк. Не здоровье и благо ребёнка, а тщеславие наше и карман. Новый ряд приказов и запретов вызван собственным удобством», - писал Корчак. И на самом деле, оглянитесь вокруг.

Картинки из жизни. *Вот мама привела дочку в новеньких джинсах и новенькой футболке на детскую площадку. Обе нарядные счастливые, довольные. Проходит пять минут, и мамино лицо искажает гримаса гнева: «Маша, не лезь на горку, у тебя чистые брюки. Маша, кому я сказала! Поди сюда! Ну, вот, уже испачкалась, дрянь такая! Ну-ка, быстро пошли домой!»*

И таких случаев превеликое множество. Но разве можно говорить о том, что ребёнок не слушается? Если он пришёл играть и играет, а не стоит столбом возле мамы.

Итак, первый вопрос, правомерны ли ваши требования?

Вопрос второй, возможно ли воспитать ребёнка, избегая наказаний?

Вопрос третий, если стоит наказывать, то как, в каких случаях, пользуясь какими методами?

Ни для кого не секрет, что наше отношение к детям, методы воспитания, и наказание в частности, во многом обусловлены семейными традициями. Как часто слышишь от родителей фразы: «Меня воспитывали в строгости, и мой ребёнок не вырастет избалованным»; «Я всегда слушалась маму, и моя дочь обязана меня слушаться» и т.д.

Бывает и иначе. Взрослый человек с неприязнью вспоминает родительский дом и считает, что у него-то всё будет наоборот. Например, в легендарной семье Никитиных далеко не все дети придерживаются отцовских методов воспитания: закаливания, раннего развития и т.д. В одном из интервью кто-то из детей с горечью заметил, что их семья была в своё время настолько популярной, что к ним ежедневно приходили делегации, журналисты, учёные; и они очень страдали, чувствуя себя «подопытными кроликами». Впоследствии, создавая свой дом, одни стремились продолжить дело отца, а другие хотели стать как можно более незаметными, чтобы у них была «обычная семья».

Иногда родители планируют воспитать ребёнка так, чтобы устранить в них свои собственные недостатки. Папа думает: «Вот я с детства недостаточно занимался спортом, но мой сын непременно будет физически развит». При этом никого не беспокоит, что у мальчика может быть папины конституция, и занятия спортом окажутся для него очень тяжелы. При этом я говорю не о том, что заниматься не надо, но не стоит требовать и наказывать в тех случаях, когда ребёнок не способен соответствовать вашим ожиданиям. Предоставьте ему право быть тем, кто он есть.

Во всех приведённых выше случаях влияние семьи очевидно.

По тем или иным причинам, большинство родителей сходятся во мнении, что, если ребёнок не слушается, его надо наказывать.

Но возможно ли воспитать ребёнка избегая наказаний? А если стоит наказывать, то как, в каких случаях, какими методами?

Наказания.

Чаще всего по отношению к ребёнку взрослые используют следующие виды наказания:

- Физическое наказание (порка, подзатыльники, таскание за волосы и т.д.)
- Наказание изоляцией (стояние в углу, запираение в комнате, ванной, туалете, чулане, отказ от контакта и пр.
- Словесное наказание (угрозы, унижение)
- Наказание трудом;
- Наказание лишением удовольствия.

Разберём каждый вид наказания по отдельности.

О физическом наказании.

В раздевалки детского сада одна мама с ужасом спрашивает другую, отвесившую только что дочери подзатыльник за то, что та долго копается: «Что вы делаете? Так же нельзя!».

«А вы, что, свою не наказываете?» – с удивлением отвечает та.

Получается, что для одних неприемлемо, то для кого-то в порядке вещей.

В семьях, где физическое наказание – популярнейший метод воспитания, дети находят различные пути адаптации к таким жестким условиям. Например, начинают вымещать обиду на тех, кто слабее – младших детей, животных, иногда игрушках.

Ещё один вариант адаптации описывает писатель Владислав Крапивин в книге «Журавлёнок и молнии». Мальчик перед встречей с отцом, который его регулярно порол, принимал аналгин. «Чтобы не так больно было» – а на самом деле, чтобы не чувствовать себя настолько беспомощным, чтобы создать иллюзию, что он хоть как-то может эту ситуацию изменить.

В результате для одного человека то, что его порол, становится оправданием рукоприкладства по отношению к своим детям: «Меня били, и я вырос порядочным человеком!» Другой, сохранивший горечь обиды после перенесённого в детстве телесного наказания, никогда, ни под каким предлогом не позволит себе ударить ребёнка.

Вот с какими чувствами вспоминает свою первую встречу с физическим наказанием писатель Крапивин: «А ещё вскоре после того случая, я ощутил, что испытываю рвотное отвращение, когда вижу насилие: когда бьют мальчишку или девочку, хлещут уставшую лошадь, мучают кошку, собаку или птицу».

Реальность такова, что зачастую физическое наказание становится не столько «воспитательной мерой», сколько проявлением жестокости по отношению к детям.

Увы, нередко случаи, когда поведение родителей решительно противоречит их роли, когда они совершенно пренебрегают детьми, подвергают их насилию, оскорбляют.

В ряде исследований зарубежных психологов отмечалось, что в Соединённых Штатах и Западной Европе жестокое обращение с детьми встречается с частотой, вызывающей беспокойство: от 1 до 2 миллионов людей в детстве подвергаются насилию при угрозе применения оружия со стороны родителей (Парк и Колмер, 1975; Парк и Слейби, 1983). Большинство опрошенных родителей (73%) признались, что прибегали к той или иной форме насилия по

отношению к детям 3-17-летнего возраста, били, пугали оружием или ножом, наказывая ребёнка. Матери несколько чаще отцов шлёпали или били детей, в особенности сыновей; но более жестокое наказание равным образом применяли и отцы, и матери. Жертвами столь опасных действий в одинаковой степени были и дочери, и сыновья (Желе, 1979).

Внимание! Если родители считают возможным причинить боль ребёнку в виде дисциплинарного средства, то они достаточно легко могут переступить черту и перейти к жестокости.

Психологами был проведён эксперимент, в котором отношения между родителями и детьми наблюдали непосредственно в семьях трёх типов: а) семьи, где хотя бы по отношению к одному проявляли жестокость; б) семьи, в которых родители относились к ребёнку равнодушно, занимали позицию полного пренебрежения (например, очень плохо кормили); в) семьи, где не было ни случаев жестокости, ни равнодушия по отношению к детям (контрольная группа). Образовательный уровень и доходы в этих семьях были равными. Улыбка, похвала, эмоциональный контакт между членами семьи считались положительными признаками поведения. К отрицательным отнесли критичность, сарказм, неодобрение и гнев. В семьях, где были приняты жестокость и равнодушие, родители проявляли по отношению к детям больше отрицательных признаков поведения, чем родители в контрольной группе. Дети в семьях, где родители чаще занимали позицию отстранения, чаще конфликтовали с родителями, братьями и сёстрами, чем дети в контрольной группе; дети, к которым применяли жестокость, не слушались родителей, у них чаще наблюдалось агрессивное поведение по отношению к другим детям (Берджес и Конджер, 1978).

Некоторые исследователи полагают, что избиение следует за конфликтом между мужем и женой, когда озлобленность против супруга изливается на относительно беззащитного ребёнка (Парк и Слейби, 1983).

К тому же, если проанализировать ситуации, когда родители прибегают к физическому наказанию, то в большинстве случаев за благовидной целью «воспитания» скрывается неумение взрослого управлять своими эмоциями, справляться со своим раздражением, гневом, жестокостью.

Поэтому не наказывайте ребёнка сгоряча, постарайтесь сначала «остыть», успокоиться, проанализировать глубину поступка, выбрав адекватное наказание.

О наказании изоляцией.

Во многих школах и семьях в качестве наказания используют так называемый «тайм-аут», когда ребёнка на короткий период исключают из общих занятий, и никто из детей и взрослых не обращает на него внимания. Такой метод надо применять спокойно, объяснив ребёнку причину наказания. По мнению некоторых

исследователей, подобная мера воздействия не наносит ребёнку ни физического, ни эмоционального вреда (Хокинс, 1977; Парк, 1977).

Но вряд ли можно судить о возможных последствиях столь однозначно. Дети, которые участвуют в наказании своего товарища, не могут так или иначе не сопереживать ему. Одним наказанием другого приносит радость, других огорчает.

Кроме того, детям свойственно подражать поступкам взрослых, и вот уже они объявляют бойкот тому, кого чаще других наказывает воспитатель. Для них – «выключить из игры» становится самым распространённым способом проявления жестокости. Здесь нельзя не вспомнить известную повесть В. Железнякова «Чучело», в финале которой Железная кнопка кричит: «Тогда я сама всем! Всем! Объявляю бойкот!»

Картинка из жизни. Ученик 1-го класса отвечая на вопрос: «Что для тебя страшнее всего?», написал, что самое страшное, когда мама с ним не разговаривает.

Кроме того, не нужно напоминать об индивидуальном различии детей. Если в изоляции оказывается ребёнок, страдающий боязнью замкнутого пространства (клаустрофобией) то такое наказание превращается в самую жестокую пытку и может спровоцировать нервный приступ и другие тяжёлые последствия.

О словесных наказаниях. Казалось бы, этот вид наказаний можно считать самым мягким, не приносящим большого вреда. И трудно представить родителя, который бы ни разу в жизни не крикнул на ребёнка, не обозвал его, не выругался в его адрес. (Но мне лично хотелось бы верить, что такие родители есть).

И всё-таки. Мы имеем дело в первую очередь с аффективной реакцией, а никак не воспитательной мерой. Мы кричим и ругаемся из-за того, что у нас неприятности на работе, или болит голова, или нам нагрубили в магазине. Просто из-за того, что не можем сдержаться. А следовало бы. Потому что никакой воспитательной фразы вроде: «Опять всё испортила!», «Всё из-за тебя!», «Вечно ты...» сыграть не могут. Они вызывают у детей либо ответное озлобление, либо подавленность уныние, разочарованность. Ведь взрослый является для ребёнка большим авторитетом. И всё, что он произносит, воспринимается как истина в последней инстанции. Дети принимают на веру все наши высказывания, они думают: «Наверное, я и вправду «мамино горе», «идиот», «тупица» и тому подобное, и вряд ли в самом деле выйдет из меня что-нибудь путное». То есть у ребёнка формируется заниженная самооценка, которая, в свою очередь, порождает новые проблемы.

Картинки из жизни. В одной семье симпатичной девочке «в целях воспитания» изо дня в день говорили, что она уродина. Она так к себе и относилась, стеснялась себя. Отсюда сгорбленные плечи, испуганный взгляд. Впоследствии – несчастливая семейная жизнь, в которой взаимоотношения с мужем строятся пол принципу «кому я ещё такая могу быть нужна». И глубокая печаль родителей: отчего же так доченьке в жизни не везёт...

Внимание! Старайтесь почаще обращать внимание на положительные качества ребёнка. Хвалите его. Тем самым вы создадите дополнительную мотивацию для того, чтобы малыш руководствовался девизом: «Буду делать хорошо и не буду - плохо».

Кстати, частые угрозы, не приводимые в исполнение, сводят авторитет родителя на нет.

И ещё одно небольшое дополнение. Психологи рекомендуют родителям как можно чаще вспоминать себя в детстве и рассказывать об этом своим детям. При этом вспоминайте всё как есть, не приукрашивайте, и тем более не лгите.

Обычно дети с большим интересом слушают такие рассказы. И это очень полезный воспитательный момент. Ребёнок соотносит свои ошибки и неприятности с вашими и понимает, что он не одинок в этом, что он не самый плохой, не самый большой неудачник и так далее. И чувствует вашу поддержку и понимание. У детского писателя Александра Раскина есть такая замечательная книга «Как папа был маленьким». Она родилась из историй, которые писатель рассказывал своей больной дочери о своём детстве. Вот, что он пишет: «Ей понравилось, что папа тоже был маленьким, тоже шалил и не слушался и его тоже наказывали. Я выбирал истории посмешнее, ведь нужно было развеселить больную девочку. И ещё я старался, что бы моя дочка поняла, как нехорошо быть жадным, хвастунишкой, зазнайкой. Но это вовсе не значит, что я сам всю жизнь был таким. Просто я старался вспомнить только такие случаи. АП когда мне их не хватало, я брал их у других знакомых пап. Ведь каждый из нас тоже был когда-то маленьким».

Прочитайте эту книгу вместе со своим ребёнком, и, может быть, многие проблемы решаться сами собой и не придётся никого наказывать.

О наказании трудом.

«За то, что получил двойку, будешь всю неделю мыть посуду», «раз ты подрался с сестрой, сядь и прочти 20 страниц» _ как часто родители прибегают к подобным наказаниям, применение которых приводит к тому, что ребёнок лишается произвольности в наиболее значимых для человека сферах: труде, учении, познании, принося ему огромный вред. Если вы приучили малыша читать из-под палки, если это занятие превратилось для него в наказание, то он никогда не сядет за книгу сам. Если работа по дому для него – плата за проступок, то он вряд ли когда-нибудь предложит вам свою помощь.

Внимание! Ни в коем случае не стоит наказывать ребёнка тем, что он должен делать добровольно, от чего человек может и должен получать радость.

Подобные наказания на всю жизнь могут закрепить негативное отношение к труду, учёбе, чтению.

О наказании лишением удовольствия. Гипенрейтер в книге «Общаться с ребёнком. Как?» советует родителям в тех случаях,

когда наказания не избежать, придерживаться одного очень важного правила: «Наказывать ребёнка лучше лишая его хорошего, чем делая ему плохое». Задумайтесь над этим! Найдите в жизни ребёнка то, что для него особенно важно. Лучше всего, если это будет какая-то совместная ваша деятельность. Прогулка в выходные, катание на велосипедах, вечерняя сказка и пр. Ю.Б. Гипенрейтер называет это «золотым фондом радости». И если ваш ребёнок не слушается или совершил какой-то проступок, то удовольствие на этой недели или в этот день отменяется.

Внимание! Будьте справедливы к детям. Не злоупотребляйте подобными наказаниями, применяйте их, только если случился проступок действительно ощутимый, действительно вас огорчивший.

Наказание справедливое и действенное.

Обязательно объясняйте детям, за какой поступок они наказаны и почему. Ребёнок доверяет вам и верит в вашу справедливость. Если у него остаются какие-либо сомнения относительно того, за что же его наказали, то это может подорвать ваш авторитет. В то же время мне хотелось бы удержать вас от излишнего морализирования. Если по каждому поводу вы будете читать ребёнку многочасовую лекцию, то он просто сочтёт вас занудой.

Внимание! Постарайтесь не забывать о том, что пример родителей очень важен для ребёнка. Если вы учите его одному, а сами делаете противоположное, не стоит ждать от него выполнения ваших требований.

Известный психолог Алан Фром в книге «Азбука для родителей» перечисляет некоторые опасности, которые всегда таятся там, где применяются наказания:

1. Очень часто наказание не исправляет наказание, а лишь преобразует его. Один поступок заменяется другим, по-прежнему остающимся неправильным, ещё более вредным для психического здоровья ребёнка.
2. Наказания вынуждают ребёнка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отвергнутым и нередко начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.
3. У наказанного ребёнка могут возникнуть враждебные чувства к родителям, и это породит в его сознании чудовищную дилемму. С одной стороны, родители – взрослые, против них восставать никак невозможно, с другой – он ещё слишком зависит от них, чтобы извлекать пользу от своей вражды, не говоря уже о том, что он всё-таки любит своих родителей. И едва в нём объединятся эти два чувства – любовь и ненависть, – как сразу же возникнет конфликт.
4. Частые наказания так или иначе побуждают ребёнка оставаться инфантильным. Обычно его наказывают за какую-нибудь ребяческую проделку. Например, за то, что он намочил или испачкал штаны, напроказил и прежде всего за

недозволенное, чего делать нельзя. Но желание достичь запретного не пропадает, и ребёнок решает, что, пожалуй, не стоит от него отказываться, если можно расплачиваться всего лишь наказанием. То есть он может делать всё, что захочет, а, рассердив родителей, терпит наказание, чтобы расплатиться, очистить совесть и продолжать поступать в том же духе – и так до бесконечности.

5. Наказание может помочь ребёнку привлечь к себе внимание родителей. Детям нужна прежде всего родительская любовь, но, не получая её, они часто согласны на такую жалкую её имитацию, как простое внимание. А привлечь внимание родителей порой гораздо легче, делая какие-нибудь глупости, чем оставаться всё время добрым и послушным.

Внимание! Никогда не наказывайте ребёнка в порыве ярости. Наказание всегда должно следовать за проступком, но никогда не должно превышать степени проступка.

К сожалению, в жизни встречаются ситуации, когда родители, которые в принципе против физических наказаний, срываются, бьют детей. Но неизвестно, для кого это становится большей трагедией. Для ребёнка или же для взрослого, который в этом случае теряет уважение к себе.

В одной популярной телепередаче писательница Мария Арбатова рассказывала о таком случае из своей жизни. Её дети ушли из дома с утра, а появились поздно вечером, когда она уже всех знакомых на ноги подняла, все соответствующие инстанции обзвонила. И Арбатова в сердцах их выдрала. Но потом испытывала жгучее раскаяние, готова была в суд на себя подать за то, что нарушила права человека, права собственных детей. А один из сыновей, к моменту передачи ставший уже солидным юношей, с удивлением сказал: «Мам, да я и забыл об этом».

Внимание! Если вы наказали ребёнка, не сдержавшись, под горячую руку, не стесняйтесь попросить у него прощения! Это только поднимет ваш авторитет. И особенно это касается тех ситуаций, когда вы знаете, что были не правы. Не откладывая ни на секунду, объясните ребёнку, что произошло.

Но для этой рекомендации есть очень важное предостережение. Некоторые родители начинают злоупотреблять подобным поведением. То есть наказывать сгоряча, а затем бурно мириться. Это свойственно вспыльчивым, истеричным людям. Примирение создаёт иллюзию взаимопонимания, но к сожалению, ещё больше расшатывает нервы родителям и детям. Ребёнок опять таки быстро адаптируется и начинает использовать эту ситуацию для своей выгоды. Например, использует момент примирения чтобы добиться того, что в обычной ситуации ему не разрешат.

И ещё один важный аспект. Наказание должно быть индивидуальным, то есть учитывать психологические особенности ребёнка. Не стоит рассчитывать на то, что даже в границах одной семьи наказание окажется одинаково действенным и справедливым

для младшего и старшего ребёнка. То, что подходит для старшего, может оказаться для младшего непонятно и, следовательно, несправедливо.

Картинка из жизни. Однажды ко мне за советом обратилась мать двоих детей (мальчики – 3,5 и 4,5 года): «Что мне делать? Если дети совершают один и тот же проступок, я их наказываю – запрещаю смотреть любимые мультики. Но при этом один переносит это спокойно и с пониманием вины, быстро отвлекается, находит себе другое занятие, а другой начинает плакать, кричать, требовать и не успокаивается иногда несколько часов подряд».

Что можно посоветовать в этой ситуации? Подбирать наказание индивидуально, но так, чтобы это различие не становилось дополнительной обидой для детей. Для одного ребёнка наказание лишением мультиков, вероятно, было достаточным. Мальчик осознал проступок, и то, что он занимается чем-то другим, не должно вводить родителей в заблуждение относительно слишком мягкого наказания. Не забывайте, что ваша цель – не обидеть ребёнка, а только обозначить его неправильный поступок.

Вместо заключения.

Всем когда-нибудь приходится наказывать своих детей, даже тем, кто считает, что этого делать нельзя. Поначалу может показаться, будто мы прибегаем к наказаниям, чтобы заставить детей повиноваться и исправиться, но, если разобраться, по существу, мы чаще всего проявляем таким способом наше нетерпение и наш гнев.

Ваш ребёнок уже самостоятельная личность. И неважно, сделал он первые шаги или сдал выпускные экзамены. И в том и в другом случае он имеет право на собственные ошибки, собственный жизненный опыт. «Естественное следствие непослушания – это один из видов наказания, исходящий из самой жизни, и тем более ценный...» – пишет Ю.Б. Гипенрейтер. Этот метод был очень популярен в семье Никитиных. Они рекомендуют родителям в минимальном, но всё же ощутимом размере дать ребёнку на собственном опыте убедиться, что иглолка острая, а утюг горячий. Конечно, такой метод невозможно применять относительно всех существующих запретов. Но в ряде случаев он очень хорошо действует. Его преимущество в том, что ребёнок учиться приобретать негативный опыт без обид, непосредственно запоминая и делая выводы о сути некоторых опасных вещей и явлений. И в такой ситуации не проявляется феномен «запретного плода», когда – то, что родители запрещают, только усиливает любопытство ребёнка. Кроме того, у ребёнка развивается сфера произвольности. Он совершает поступки и сам несёт ответственность за их последствия.

Внимание! Если ваш ребёнок столкнулся с естественным следствием непослушания, ни в коем случае не «злорадствуйте»: «Я так и знала!», «Вот, я же тебе говорил!» Всегда старайтесь быть опорой для ребёнка, найти слова утешения и поддержки.

И в заключение хотелось бы напомнить, что родители должны воспитывать не только детей, но и самих себя. Какими же надо быть взрослым, чтобы не провоцировать своего ребёнка на ещё большее непослушание:

- Быть терпеливыми. Это самая большая добродетель, которая может быть у родителей.
- Уметь объяснить ребёнку, ПОЧЕМУ его поведение не правильно, но при этом избегать занудства, быть предельно краткими.
- Уметь отвлечь, предложить ребёнку что-нибудь более привлекательное, чем - то, что ему сейчас хочется.
- Не торопиться с наказаниями.
- Уметь выражать благодарность ребёнку за те хорошие поступки, которые он совершает. Награждайте его. Награды более эффективны чем наказания. Если вы похвалили ребёнка за хорошее поведение, вместо того, чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нём желание поступать так и дальше, чтобы ещё раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится больше времени, таким образом вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесёт наказание.