

Наказание ребенка.

Наказание ребенка — это применение каких-либо неприятных и, порой унижительных, мер в отношении ребёнка взрослым за неповиновение, непослушание или за неуютное поведение.

Эти действия взрослого, направленные на то, чтобы причинить ребёнку психологический или физический дискомфорт за то, что он не слушается, делает что-то неправильно или по-своему. При этом взрослый использует своё превосходство в физической и психологической силе над ребёнком.

Наказывая, родители надеяться, что ребёнок в будущем изменит своё поведение, что это ему на благо. Часто можно встретить такие вопросы «Как правильно наказать ребёнка, если он...»

Бытует представление, что только с помощью наказаний ребёнка можно чему-то научить, что-то ему втолковать и воспитать из него достойного человека. Но учится ли чему-то ребёнок во время и после наказаний? Происходит ли его обучение, получает ли он важный урок? Давайте посмотрим.

Наказание очень часто назначается «в сердцах», когда взрослый выходит из себя и неожиданно решает наказать ребёнка — что-то у него забрать, что-то запретить, поставить в угол, шлёпнуть и т.д.

В таких случаях ребёнок заранее не предупреждён о последствиях, у него не было выбора повести себя так или иначе, наказание в буквальном смысле «сваливается ему на голову». У ребёнка в такой ситуации нет возможности что-либо исправить, как-то изменить ситуацию — уже поздно. Здесь нет никакого обучения на будущее, есть только карательная составляющая, часто пугающая ребёнка своей неожиданностью.

Наказание направлено на поведение, совершенное В ПРОШЛОМ (у ребёнка нет возможности что-то исправить СЕЙЧАС, действие УЖЕ совершено и он должен понести за это наказание). Снова мы видим, что здесь отсутствует обучение ребёнка, у него нет возможности сейчас исправиться, он должен просто принимать наказание.

Во время наказания взрослый как правило ругает ребёнка, кричит на него, злится, стыдит, может использовать физическую силу — соответственно, у ребёнка возникает целый ряд негативных чувств: страх, стыд, обида, гнев, отчаяние и т.д.

На фоне всех этих негативных эмоций ребёнок не может научиться чему-то новому, проанализировать своё поведение и сделать для себя какие-либо выводы на будущее.

Думаю, я что и вы тоже не сможете здраво и ясно мыслить, проанализировать ситуацию и сделать важные выводы, если вас унижают, ругают, оскорбляют, пугают, делают вам больно, заставляют сделать что-то против вашей воли, кричат, стыдят или бьют.

В такой ситуации включается мощнейшая психологическая защита, вас переполняют обида, возмущение, боль и страх, и все эти эмоции полностью вытесняют у вас способность рационально мыслить. Тут не до обучения! Согласны?

На фоне всех этих негативных эмоций ребёнок не может учиться чему-то новому. Он замыкается, обижается, расстраивается, злится, плачет, делает на зло, упрямится ещё

больше, а может быть, и подчиняется — всё, что угодно, но только не учится на будущее!

Наказания, которые связаны с унижением, стыдом, страхом, которые кажутся обидными — ничему ребёнка не обучают.

Наказание ребенка помогает взрослому выплеснуть своё возмущение и негодование, но не больше. Иногда наказание в краткосрочной перспективе помогает заставить ребёнка сделать то, что вам нужно.

Конечно, ребёнок послушается, чтобы не получить ещё раз по попе или подзатыльник, или чтобы на него не кричали. При этом ребёнок может совершенно не понимать, почему именно так нужно делать.

Вместо наказаний я предлагаю вам совершенно другой подход, который называется «Последствия поступков».

Последствия поступков могут быть Логическими (специально созданные родителями) и Естественными (которые происходят сами собой).

В отличие от наказаний, этот подход обучающий и уважительный к личности ребёнка. Это не запугивание или управление ребёнком с позиции силы, устрашение и принуждение его, а это обучение на будущее, чтобы ребёнок учился брать ответственность за свои поступки, делать выборы, принимать решения и понимать связь между своими поступками и следствиями.

О Естественных последствиях я напишу отдельную статью, а в этой статье я рассказываю про Логические последствия поступков.

Логические последствия поступков – это очень хороший способ научить ребёнка правильному поведению, при этом не пугая, не обижая и не унижая его. Главная идея – не покарать, а научить. Ребёнок учится видеть логическую связь между своими действиями и тем, что происходит потом.

Логические последствия поступков называются так потому, что логично связаны с нежелательным поведением ребёнка и создаются, и назначаются взрослым человеком, а не случаются сами по себе и, поэтому не могут быть опасными. Опасными могут быть Естественные последствия, но об этом я напишу немного позже.

Логические последствия поступков будут понятны детям старше 2,5 лет.

1. Сообщите ребёнку какого поведения вы от него ожидаете в данный момент (а не вообще). Это очень важно. Ребёнок должен чётко услышать от вас, что именно вы от него хотите, о чём просите, как нужно. Многие дети просто не догадываются, не до конца понимают или понимают совсем не так, чего взрослые от них хотят. Дети часто слышат о том, как НЕ НУЖНО себя вести, что «так было плохо», «так делать нельзя», «зачем ты так сделал». а КАК НУЖНО, взрослый не разъясняет ребёнку или не уделяет этому достаточно времени и внимания.

2. Сообщите ребёнку, что у него есть выбор. Он может вести себя так, как вы его просите, как будет лучше в данных обстоятельствах и в этом случае всё идёт гладко, хорошо и все довольны. Либо, если он выбирает нежелательный вариант поведения, то наступят определённые последствия. Объясните максимально конкретно и понятно,

какие наступят последствия. «Тебе не поздоровиться», «тебе будет плохо», «ты об этом потом пожалеешь», «будешь наказан» — всё это НЕ походит. Это примеры запугивания. Они не помогают ребёнку с полным пониманием и ответственностью сделать выбор. Конкретно объясните, что именно последует и на какой срок.

3. Старайтесь, чтобы последствия были логически связаны с нежелательным поведением ребёнка. Не выключаешь вовремя комп. игру — завтра отдыхаешь от компьютера, не почистил зубы — не ешь сегодня сладкое, вышел из-за стола посередине ужина — твой ужин закончился, кидаешься песком в ребят — мы идём гулять в другое место и т.д.

4. Объясняйте всё ребёнку уважительным и спокойным тоном, не угрожайте и не запугивайте. Просто информируйте его о желательном поведении, о том, что у него есть выбор повести себя так или иначе, и о последствиях нежелательного поведения. Когда нет угрозы и давления, ребёнку намного легче размышлять, осознать и согласиться с тем, о чём вы его просите. Дети сопротивляются не самим правилам, а методам их внедрения, когда чувствуют, что на них давят, заставляют и требуют подчинения, а также не слышат и не понимают их.

5. Последствия поступков должны быть разумны по длительности, чтобы ребёнок знал, что скоро у него будет возможность исправиться. Помните: ваша задача не покарать ребёнка, а научить его, поэтому важно, чтобы он смог уже очень скоро повести себя по-другому и исправить ситуацию.

6. Уточните, понял ли вас ребёнок, всё ли ему понятно? Это очень важно! Попросите его повторить, что именно он понял, о чём вы его просите, что именно нужно делать, как себя вести и что последует после нежелательного поведения.

7. Если ребёнок повёл себя так, как вы его просили — обязательно похвалите его, поблагодарите, скажите, что вам очень приятно, что он старается, что вы этому очень рады.

8. Если ребёнок, зная о последствиях, всё же выбрал другой вариант поведения, очень важна ваша максимальная выдержка и последовательность. Проследите за тем, чтобы последствия, о которых вы ребёнка предупреждали, для него наступили и спокойно напомните ему о том, что вы с ним это обсуждали. Помните, что ваша задача не покарать ребёнка, а научить его видеть связь между своим поведением и последствиями. Здесь нет гневных, обвиняющих интонаций: «Я же тебе говорила! Я же тебя предупреждала!» — всё это не к чему. Ребёнок и так получил свой важный урок, когда последствия наступили.

В вашем спокойствии и уважении — ключ к обучению ребёнка. Здесь нет унижения, боли, страха или стыда. Ему некого винить, потому что вы заранее обсудили с ним и объяснили.

Я приведу некоторые примеры того, как применять Логические последствия поступков и объяснять их ребёнку вместо того, чтобы наказывать его.

— *Сынок, я вижу, что ты стучишь игрушкой по полу. Игрушка может сломаться, этого делать не нужно. Стучи по полу вот этой другой игрушкой, это*

можно. А этой игрушкой стучать нельзя. Я вижу, что ты продолжаешь. Смотри, если ты хочешь играть этой игрушкой, нужно перестать ею стучать. Или мне придётся забрать её и отложить до завтра. Понимаешь? Что мама сделает с игрушкой, если продолжать ею стучать?

Если ребёнок продолжает стучать, скажите: *«Ты выбрал стучать игрушкой, мне приходится её забрать.»* Забираете игрушку до завтра.

– *Доченька, чистить зубы очень важно. Сладкое можно есть только тогда, когда ты ухаживаешь за зубками. Хочешь есть сладкое – чисти зубки. Если ты выбираешь не чистить зубы, значит в этот день они будут отдыхать от сладкого. Понимаешь меня? Повтори, пожалуйста, что будет сегодня (завтра), если ты решаешь не чистить зубки?*

Если ребёнок не чистит зубы, проследите, чтобы в этот день не было сладкого, объяснив спокойно: *«Ты сегодня не чистила зубки, поэтому зубки отдыхают от сладкого. Сегодня вечером ты сможешь почистить зубки, чтобы завтра снова есть сладкое».*

– *Сынок, у нас есть правило, что ты можешь находиться за компьютером 30 минут в день. Если ты придерживаешься этих правил, у нас не будет никаких проблем. Если ты будешь тихонько и тайком включать компьютер сверх положенного (а мне это очень быстро станет известно), придётся сделать перерыв в занятиях за компьютером на 1 неделю. Я хочу убедиться, что ты меня услышал и понял. Повтори, пожалуйста.*

Если ребёнок нарушает правило, скажите спокойно: *«Я вижу, что ты выбрал нарушить наши правила, поэтому пока неделю придётся отдохнуть от компьютера. Я уверена, что на следующей неделе ты справишься».*

– *Доченька, кидаться песком в деток нельзя. Можно кидаться песком вон туда, там никого нет. В ту сторону кидайся. Если ты будешь продолжать кидаться в детей, нам придётся уйти с детской площадки и гулять в другом месте. Понимаешь? Можно кидаться в деток песком? Что будет, если ты будешь продолжать?*

Если ребёнок продолжает кидаться, говорите спокойно: *«Я вижу, что ты продолжаешь кидаться песком в ребят, нам придётся уйти гулять в другое место».* Уходите.

Пожалуйста, обратите внимание! Есть много ситуаций, в которых Логические последствия совершенно не подходят. Это не панацея.

Пожалуйста, не злоупотребляйте этим подходом, не нужно видеть в нём решение всех поведенческих проблем ребёнка. Этот подход очень эффективен только в том случае, если у вас с ребёнком хороший эмоциональный контакт, если есть логическая связь между проступком и последствиями, если вы заранее всё подробно и уважительно объяснили ребёнку и убедились, что он вас услышал и понял.