**О поощрении и наказании в семье**

Быть родителями — значит, все время учиться ими быть: развивать интуицию, самообучаться по мере того, как растут дети, помогать себе и им стать ближе друг другу.

Очень часто ребенок становится нервным, агрессивным и неуравновешенным, если родители неумело и грубо используют по отношению к нему методы наказания и поощрения. Уровень тревожности в этом случае у ребенка становится высоким, а результаты учебной деятельности снижаются. Значит, принуждение и поощрение, как методы воспитания, не всегда играют положительную роль в воспитании личности ребенка, хотя родители ими охотно пользуются. Об этом наш сегодняшний разговор.

Наказание ребенка оставляет глубокие шрамы в формировании личности, оно приводит к проявлению двуличности и лжи. Наказание детей в школьные годы может спровоцировать проявление у них вседозволенности во взрослой жизни. Наказание допустимо и оправдано, если оно логически вытекает из поступков ребенка. Оно должно быть разумным и прямо связанным с содержанием поступка, если мы действительно хотим научить ребенка как следует себя вести.

**Существует несколько моделей поведения родителей:**

**Родитель «Партнер»** – он стремится во всем потакать ребенку. Отсутствует система в воспитании, стерты границы между дозволенным и недозволенным. В такой семье часто вырастают избалованные дети.

**Родитель «Диктатор»** – в такой семье подавляются любые инициативы. Родители решают все. Ребенок при таком воспитании вырастает безынициативным, либо превращается в такого же «Диктатора».

**Родитель «Старший товарищ»** – он уважает интересы ребенка, мнение ребенка всегда учитывается. А родитель направляет, помогает в формировании моральных ценностей.

Первая модель семьи способствует как раз тому, что ребенок вырастает, не понимая, как себя вести в той или иной ситуации, не учится уважать других людей, относится ко всем окружающим эгоистично.

Вторая модель семьи, когда ребенка не уважают, не слушают, все запрещают и все за него решают, способствует тому, что ребенок тоже не учится уважать окружающих, но зато учится их бояться. Когда родители приказывают, а не объясняют, не дают ребенку права выбора, то он не учится отвечать за свои поступки, контролировать себя, ведь за ребенка это делают его родители.

Конечно, третья модель семьи наиболее приемлема. Родители помогают ребенку научиться самому контролировать себя, узнавать границы дозволенного.

Своими поступками ребенок вызывает удовлетворение или неудовлетворение, радость, симпатию или огорчение, горе, гнев. Родители ласково улыбнулись ему, нежно прикоснулись – они довольны его поступком, одобряют его: действуй так и впредь. На их лице недовольство, жесткость – они предупредили ребенка. В поощрениях и наказаниях мудрость и эмоции тесно переплетаются, и в этом сила их воздействия на ребенка. Проступки ребенка следует предупреждать.

Если ребенок привык к порядку (постоянным правилам поведения) многие его поступки будут предупреждены. Прежде чем наказать, задайте себе вопрос, почему ребенок так поступил, выясните ситуацию и ответьте себе на вопрос: можно ли его за это наказывать?

  ***Какими должны быть наказания?***

Наказания должны быть разумными, взвешенными и не подавлять решительность и отвагу, не порождать страх и пессимизм, не унижать.

Наказание достигает цели только тогда, когда оно порождает раскаяние, а не обиду, унижение или ожесточенность. Ребенка наказывает только тот, кто его любит.

Наказание не должно быть судом скорым и потому несправедливым. Если ребенок ляжет спать ненаказанным, то новый день он начнет, чувствуя себя прощенным. Наказывать необходимо сразу после совершения проступка, иначе ребенок просто забудет о том, что он сделал и не поймет, за что Вы его наказываете.

Наказание должно быть последовательным. Плохо, если за один и тот же проступок сегодня наказали, а завтра — нет. Плохо, если за один и тот же поступок отец хвалит, а мать наказывает. Это дезориентирует ребенка.

***Какое же наказание выбрать?*** Некоторые родители считают, что ремень – лучшее лекарство от непослушания. Однако физическое наказание вызывает у ребенка чувство обиды и озлобляет его. Ударив ребенка, можно нанести ему психическую травму, последствия которой проявятся не сразу, а через много лет. Поэтому постарайтесь выбрать для наказания другой метод.

Обязательно надо поговорить с ребенком, объяснить, что Вы расстроены из-за его непослушания. Ребенку важно дать понять, что за свои действия надо отвечать. Но прежде, выясните, действительно ли он понимал, что вел себя плохо. Возможно ребенок совершил проступок неосознанно, не специально.
        Иногда очень действенным методом является игнорирование ребенка. Детям необходимо внимание родителей. Перестаньте разговаривать с ребенком, и он сразу же захочет извиниться.

Можно запретить ребенку смотреть любимые мультфильмы, телепередачи в этот день или лишить сладкого. Но, ни в коем случае, не лишайте его прогулки, ужина и т.д., то есть того, что является естественными потребностями.
           Попробуйте установить в семье **символическое наказание**. Например, сидение на месте – стуле или диване. В этом наказании нет унижения и жестокости, но в то же время для ребенка ограничение движения – серьезное лишение.
        Психологи считают, что наказание должно иметь **тройное значение**. Оно должно исправить вред, который причинен плохим поведением. Еще наказание направлено на то, чтобы подобные действия больше не повторялись. И последнее значение – снятие вины. То есть само наказание должно снять вину.

Наказание должно носить временный характер, например, два дня нельзя играть в компьютере. Не вспоминайте прежние проступки ребенка, говорите только о том, за что наказываете именно сейчас.
Необходимо избегать оскорблений, приклеивания «ярлыков». Оценивайте именно данный поступок ребенка, а не его личность.

Наказание не должно отменять награды. Если Вы ранее что-то подарили ребенку, ни в коем случае нельзя это забирать за плохие поступки. А еще не нарушайте данные ранее обещания, например, пойти в зоопарк.
Иногда мы наказываем ребенка из-за своего плохого настроения. Это абсолютно недопустимо, так как свое самочувствие мы все равно не улучшаем, а ребенок страдает.

***Кто должен наказывать и утешать ребенка в семье?***

         Лучше, если меру наказания определяет отец. В семье он больше подходит на роль третейского судьи, ибо более объективен, в его реакции на проступок меньше экзальтации. Лучше, если сына наказывает отец, а дочь – мать.

А вот утешения наказанные, сын и дочь, ищут у матери. Самое опасное развитие событий, когда впоследствии, уже подростком, утешения ищут на стороне, в подростковой компании. Там утешат сигаретой, вином и асоциальным протестом.

Утешая ребенка,  проявите сочувствие и понимание к его чувствам, подчеркните справедливость наказания и вместе с ребенком набросайте варианты поведения, которое поможет избежать наказания в будущем.

Не следует наказывать ребенка публично: в автобусе, на улице, при посторонних. Это удваивает наказание, присовокупляя к нему унижение.

Не надо наказывать старшего ребенка при младшем, ибо тем самым подрывается авторитет старшего, а при особых, ревнивых отношениях между старшим и младшим в старшем рождается ожесточенность, в младшем –злорадство, что надолго омрачает их взаимоотношения.

Больше разговаривайте, объясняйте. Формируйте отношения так, чтобы ребенок не хотел огорчать вас. Т.е. страх наказания (криков, ограничений) должен стоять на втором месте.

Наказывайте только по принципиальным вопросам, не разрушайте самоуважение ребенка.

Для интереса посчитайте, сколько раз за день вы делаете замечаний, а сколько раз хвалите и проявляете нежность. Соотношение должно быть 20/80. Ребенок должен чувствовать безусловную любовь. В общем, тема наказания ребенка очень тонкая, помните, что использование наказания – мощное оружие, им нужно уметь пользоваться.

***Какой должна быть похвала?***

Она взвешена, как и мера наказания. Непомерная похвала дезориентирует и приводит к переоценке возможностей и недооценке трудностей, что закономерно приводит ребенка к неудачам.

***Когда нельзя хвалить?***

  Нельзя хвалить за посредственное, поскольку это трижды опасно: ребенок принимает посредственное за отличное; привыкает поступать, действовать посредственно, а думать поверхностно; похвала обесценивается и перестает воздействовать.

Нельзя хвалить из жалости. Похвала из жалости оскорбляет.

***Когда, как и за что хвалить детей?***

По мнению опытных психологов, следует хвалить:

- при наличии физического недостатка;

- при признаках душевных недостатков – склонности к воровству, лживости или жестокости (хвалить, когда человеку удается от этого удержаться);

- при повышенной нервозности, тревожности, раздражительности;

- в положении гонимого, «козла отпущения»;

- после какой-либо потери, неудачи, непредвиденной неприятности;

- после провала на ответственном испытании, на экзамене;

- при болезни;

- при несчастной любви;

- просто так, профилактически – бывают моменты, когда похвала уже только за то, что человек живет, может спасти ему жизнь.

Главный принцип – похвала не должна быть ожидаемой. Пусть комплимент прозвучит внезапно, как бы невзначай, и, естественно, будет искренним. Желательно, хваля ребенка, назвать его по имени. Всегда хвалите серьезно, убедительно и по существу.

Осторожно хвалят самолюбивых и тщеславных детей. Похвала в этих случаях может посеять семена гордыни, эгоизма.

Сильного хвалят редко. Сильный и без похвалы знает себе цену. Но за большой успех хвалят и его, только сдержанно и скупо.

Сдержанно хвалят и за вежливость и чистоплотность, подчеркивая, что это само собой разумеющееся.

Осторожно хвалят за смелость, так как ребенка может занести и он совершит безрассудство.

С особым удовлетворением хвалят за доброту, за помощь слабому и малому, старому и больному, за помощь в беде, за нравственные поступки.

**Итак, ваш ребенок сделал что-то хорошее, как вы можете отреагировать на это?**

**1. Не сказать ничего.** По своей природе ребенок не нуждается в похвале. В нем заложено стремление познавать и создавать, и похвала никак не может повлиять на его внутреннюю мотивацию, только если ребенок уже не искалечен постоянными оценками со стороны родителей.

**2. Обозначить свое присутствие взглядом или жестом.**Иногда важно просто быть рядом с ребенком, и слова здесь не нужны.

**3. Скажите ребенку о том, что видите:** «Какие красивые цветы ты нарисовал!», «Ты сам надел ботинок!», «Кошке приятно, что ты ее погладил, она даже подставляет тебе шею!». Ребенок не нуждается в оценке, ему важно знать, что вы видите его старания.

**4. Спросите ребёнка о его работе:** «Тебе нравится твой рисунок?», «Что было самым сложным?», «Как тебе удалось нарисовать такой ровный круг?».  Своими вопросами вы подтолкнете ребенка на размышления о своих трудах и поможете научиться самостоятельно оценивать свои результаты.

**5. Выражайте похвалу через призму своих чувств.**Сравните две фразы «Отлично нарисовано!» и «Мне очень нравится, как ты нарисовал этот корабль!». Первая – абсолютно безлична. Кем нарисовано, что нарисовано? Во втором случае вы выражаете свое отношение к работе ребенка, отмечая моменты, которые вам особенно понравились.

**6. Разделяйте оценку ребенка и оценку действия.**Старайтесь обращать внимание не на способности ребенка, а на то, что он сделал и отмечайте это в своей похвале: «Я вижу, что ты убрал все игрушки. Здорово, что в комнате теперь чисто», вместо «Какой ты у меня чистюля!».

**7. Хвалите усилие, а не результат.**Отмечайте старания ребенка.
Как видите, спектр возможностей выразить одобрение в адрес ребенка довольно широк и уж точно не сводится к стандартным оценочным суждениям. Значит ли это, что родители совсем должны отказаться от слов «молодец», «хорошо», «отлично». Конечно, нет. Было бы неправильно сдерживать себя в те моменты, когда действия ребенка вызывают у вас яркие позитивные эмоции.

**8. Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее.**Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребёнка), они должны быть чётко увязаны с действиями ребёнка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятёрку теряет свою роль «быть поощрением».

**9. Поощрения должны исполняться.** Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний.

**10. 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.

***Как предупредить непослушание***.

Вообще же, непослушание легче предотвратить, чем пытаться потом исправить ситуацию. Поэтому попробуйте последовать следующим **советам**:
1. Очень важно объяснять все запреты ребенку, а не просто запрещать. Так детям будет проще, понятнее.

2. Кроме того, запомните: должны быть категорические запреты – например, нельзя трогать утюг, и запреты, зависящие от обстоятельств – например, сейчас маме болит голова, значит нельзя шуметь (а потом можно будет вести себя не так тихо).

3. Ни в коем случае родители не должны сами нарушать установленные правила. Соблюдать правила должны все члены семьи.

4. Важный момент – не забывайте про возраст своего ребенка. То, что позволительно двухлетнему малышу, недопустимо для дошкольника. Не запрещайте ребенку делать вещи, которые естественны для его возраста.

|  |
| --- |
| ***Простые советы родителям*** 1. Помните, что ребенок не состоит сплошь из недостатков, слабостей, неуспехов. Достоинства есть у ребенка сейчас, надо уметь их увидеть. 2. Не скупитесь на похвалу. Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить персонально, а критиковать как можно более безразлично. 3. Всякое повышение требований к ребёнку надо начинать с похвалы, даже авансом. 4. Ставьте перед ребенком достижимые цели. 5. Вместо приказаний ребёнку следует просить у него совета или помощи, как у равного или старшего. 6. Позволения учат детей гораздо лучше, чем запреты. 7. При необходимости наказания, помните, что не стоит дважды наказывать за одни и те же ошибки. Ребенок должен понимать, за что и почему его наказывают. 8. Надо убедить себя, что в большинстве случаев замечания, одергивания, требования просто не нужны. 9. Любой ребенок заслуживает любви и уважения: ценность в нем самом! |