НАКАЗАНИЕ ТЫ МОЕ!

Выступление социального педагога

Чекашёвой Натальи Владимировны

на родительском лектории от 16.12.2011г.

«Родители обычно себя контролируют,

когда хвалят ребенка, и почти

бесконтрольны, когда его наказывают»

психофизиолог, доктор

биологических наук

Е.И. Николаева.

«Наказывать ребенка вы можете лет эдак восемнадцать, зато потом он может всю жизнь наказывать вас», — говорит тренер Константин, отец двоих детей.

Наказание и поощрения, как основные методы воспитания, преследуют конечную цель благо ребенка. И то, и другое должно быть продиктовано родительской любовью и заботой. Однако не все родители задумываются о том, какие именно проявления любви они могут предоставить ребенку, в каких он нуждается, а руководствуются своими представлениями. Каждый родитель желает ребенку блага и счастья, но не каждый знает, как это сделать, и поступает чаще всего так, как поступали с ним его собственные родители, либо – наперекор им – прямо противоположно.

Отношение к детям и к людям вообще может быть двоякого рода: условное и безусловное

При рождении любимого и желанного младенца мать испытывает к нему безусловную любовь: за то, что он есть, что он родился. Это нормальное чувство радости. Условное отношение, так же необходимое человеку для дальнейшей жизни в социуме, начинается тогда, когда он превращается из младенца в ребенка: к нему начинают предъявлять первые требования и воспитательные меры, что происходит примерно к году. Им не только восхищаются за то, что он есть, а уже начинают оценивать его поступки.

Любое воспитание возможно только на фоне безусловного положительного принятия ребенка.

Это означает, что даже при наказании ребенок не лишается родительской любви и поддержки. У него должна быть уверенность, что его поймут и простят, а его поступки будут рассматриваться отдельно от его личности.

К сожалению, в большинстве случаев при наказании ребенок чувствует себя целиком отвергнутым; за критикой его отдельных поступков он чувствует непринятие его в целом. Родители зачастую используют такие эпитеты: «Ты хулиган», «Ты ничтожество», «Зачем я только тебя родила?».

Существует более конструктивный и эффективный вариант критики, когда критикуют только отдельные проступки ребенка, сообщая при этом какой эмоциональный удар он нанес вам своим поведением: «Сегодня ты сделал мне очень больно тем, что обидел бабушку», «Я расстроен твоим поведением в школе, и мне было очень стыдно слушать про тебя и твое поведение». С таких фраз гораздо легче начать разговор и выяснение причин поведения ребенка. А главное – в них не звучит оскорбления, на которое хочется ответить тем же.

Кнут и пряник

Если рассматривать взаимодействия людей схематично, то наши обращения друг к другу можно классифицировать как положительные, отрицательные или никакие (безразличные). (В дальнейшем мы будем называть единицу взаимодействия поглаживанием.) Последнее – самое неприятное, чего мы стараемся избежать. Лучше ругаться, чем не разговаривать. Лучше ненависть, чем безразличие. Главное – не остаться с «пустыми руками».

Дети для роста и развития нуждаются как в положительных, так и в отрицательных поглаживаниях. Как правило, мы хвалим детей гораздо реже, чем наказываем. Если ребенок ведет себя хорошо, то родители не обращают на него внимания, а если плохо – то наказывают. И тогда ребенок любым способом пытается обратить на себя внимание родителей, пусть даже негативное. Порой дети становятся «неблагополучными» из-за невозможности каким-либо способом получить внимание и одобрение родителей.

Но если существует хоть какая-то возможность получить положительные поглаживания, ребенок находит окольные или манипулятивные пути для этого.

Часто родители жалуются на плохое поведение ребенка, декларируя при этом, что они «все делают для его блага, а он отвечает черной неблагодарностью». Когда начинаешь выяснять, что они подразумевают под «всем», то это оказывается даже чересчур избыточное удовлетворение материальных потребностей ребенка в ущерб эмоциональным. Сто первая ненужная игрушка. А неспособность проявить к детям эмоциональное участие они мотивируют занятостью на работе и недостатком времени. В таких семьях, как правило, приоритет имеют материальные достижения, которыми они хотят компенсировать недостаток тепла между членами семьи. Это типичная ситуация для нашего времени в семьях так называемых «новых русских».

Где кончается похвала и начинается баловство ребенка? В сознании многих родителей бытуют предрассудки, что похвалой и любовью ребенка можно избаловать (но почему-то мало кто боится избаловать лаской домашнее животное). Где же граница между любовью и баловством?

Как уже говорилось, все мы нуждаемся в безусловном принятии. Однако это не означает, что все просьбы ребенка должны быть сразу же удовлетворены. Баловство начинается там, где взрослые не могут сказать «нет», наказать ребенка за проступки и потакают всем его просьбам в ущерб своим потребностям. Причины такого явления различны, а последствия разрушительны для психики ребенка. Наиболее частые причины этого явления:

- Вина перед ребенком за свои неправильные поступки, о которых ребенок может уже и не помнить, но родители погружены в переживание этой вины.

- Неосознаваемое глубоко спрятанное непринятие ребенка (нежеланный, несвоевременный), которое на сознательном уровне отрицается.

- Тяжело или хронически больной ребенок.

- Поздний и/или долгожданный ребенок, который становится смыслом всей жизни для родителей.

Никакие непосредственные проявления чувств к ребенку (объятия, похвала, улыбка) в отличие от десятой ненужной машинки не приведут к избалованности, а только подтвердят Вашу любовь и укрепят доверительные отношения.

Баловство так же разрушительно для психики ребенка, как и отсутствие внимания.

Общие правила поощрения и наказания детей

Наказание, как и поощрение, всегда считалось единственным способом управления детьми и людьми вообще. Воспитание детей невозможно без наказаний и поощрений. В русской культуре прочно укрепились предрассудки «бьет – значит любит», «не пожалей розги», «доброе слово и кошке приятно».

И наказание, и поощрение преследуют целью выработку условного рефлекса: за неправильным поведением следует наказание, за правильным – поощрение.

Существует справедливое и несправедливое наказание детей.

Справедливым можно назвать такое наказание, которое ребенок получает, нарушая те правила, которые были обдуманы и обсуждены родителями, и которые известны ребенку. При несправедливом наказании ребенок чувствует искреннюю обиду и непонимание смысла наказания, а родители – чувство вины.

«Дети не понимают, за что получают наказание, поскольку не понимают, чего от них хотят. Ребенок высыпает на пол из пепельницы окурки и играет с ними. Мать наказывает его и говорит, что нельзя прикасаться к пепельницам. У ребенка пепельница ассоциируется с конкретной вазой зеленого цвета. И он больше к ней не прикасается. Но на следующий день мать застает его за тем же занятием уже с другой, синей пепельницей. Ребенок получает наказание, смысл которого ему непонятен. Ведь он выполнил просьбу матери и больше не трогал зеленую пепельницу. Цель этого примера – показать, насколько расходятся слова родителей, цели, которые они преследуют при воспитании и того, что ребенок понимает. Он выполнил то, что просила мать – не играть с зеленой пепельницей, однако не понял сути просьбы матери. Такая ситуация больше характерна для маленьких детей, у которых еще не развито абстрактное мышление и обобщение.

Несправедливое наказание детей происходит вследствие внутреннего состояния родителей, не обусловленного непосредственно поступками ребенка, а ситуациями, например, на работе – раздражения, усталости и пр. Ребенок получает наказание за то, на что обычно родители не обращают внимания – неубранные игрушки и пр. У ребенка возникает путаница из-за непоследовательного поведения взрослых.

Как поступать в таких случаях? Необходимо установить контроль над своим плохим настроением и следующим за ним поведением, а так же разрешить свои личностные трудности.

Порой причины отклоняющегося поведения детей кроются в семейной ситуации. Типичный пример – семья на грани развода, где ребенок всеми доступными ему средствами пытается ее сохранить. Он отвлекает внимание родителей от их проблем своим поведением, объединяя их в том, что отвлекает внимание на себя. (Кстати, такую же функцию может выполнять болезнь ребенка.)

Как поступать в таких случаях? Вам стоит обратиться к психологу или психотерапевту для выработки линии своего поведения. Если развод действительно неизбежен, специалист поможет Вам пережить его с минимальными душевными потерями для Вас и для ребенка. Если у Вас в семье хроническое психологическое неблагополучие, то специалист поможет наладить семейную обстановку, что непременно положительно отразится на поведении ребенка.

Еще одна причина – пожалуй, самая трагическая: нелюбимый ребенок. Немногие родители могут себе в этом признаться, но если они нашли в себе силы для признания, они имеют шанс изменить свое поведение (если не отношение) к ребенку. Их резерв – чувство долга по отношению к ребенку. Причины могут быть разнообразными: в принципе нежеланный ребенок (женщина не хотела иметь детей, но «так вышло»; ребенок не того пола, которого ждали родители; ребенок похож и внешне, и характером на кого-то из нелюбимых родственников; непринятие ребенка отчимом или мачехой.)

Как поступать в таких случаях? Однозначно, родители признавшие свое негативное отношение к ребенку, сделали первый шаг к исправлению ситуации. Здесь однозначно необходима помощь психолога или психотерапевта самим родителям, которая будет заключаться в установлении контроля над своим поведением по отношению к ребенку и в проработке глубинных проблем и чувств родителей. С каждым случаем специалист работает индивидуально.

Помните, что Ваша родительская задача – вырастить ребенка с минимальными психологическими травмами и потерями.

Правила наказания детей

При любом наказании ребенок должен быть уверен, что наказание справедливо, что его по-прежнему любят, и даже будучи наказанным, он не остается без родительской любви.

При любом наказании детей они не должны быть лишены удовлетворения их биологических и физиологических потребностей.

Ребенок должен быть информирован о том, за какие проступки последует наказание и в какой форме.

Наказание детей должно носить временный характер. («Ты лишаешься возможности играть в компьютер ровно на три дня.»)

При наказании детей следует избегать оскорблений и приклеивания «ярлыков». Конфронтируется только поведение или конкретный поступок ребенка, а не его личность.

При наказании детей исключено припоминание прежних проступков, Вы говорите с ними только о том, за что он наказывается именно сейчас.

Наказание детей должно быть последовательным, а не от случая к случаю.

Физическое наказание детей

Родителей всегда волновал вопрос о физическом наказании детей: его приемлемость, формы и необходимость. Физическое наказание детей следует применять только тогда, когда исчерпаны все другие методы воздействия: убеждение, объяснение неприемлемости его поведения, лишение ребенка каких-либо преимуществ или удовольствий. Физическое наказание детей тем действеннее, чем младше ребенок. Оно неприемлемо по отношению к подросткам и к детям, чье неправильное поведение обусловлено болезнью (энурез, энкопрез, депрессия, синдром гиперактивности с дефицитом внимания), которая требует медикаментозного, а не только психотерапевтического лечения. При физическом наказании детей преследуется та же цель, что и при любом другом: выработка рефлекса через болезненные ощущения.

Когда необходимо физическое наказание детей

Главный принцип при выборе между наказанием физическим или каким-либо другим – это выбор меньшего из двух зол. Важно помнить, что целью физического наказания детей, как и любого другого является его же благо. К физическому наказанию детей следует прибегать только в следующих ситуациях:

1. Физическое наказание детей правомерно, если поведение ребенка представляет угрозу для его жизни и здоровья. Например, ребенок, зная правила поведения на дороге, назло родителям перебегает улицу перед машинами.
2. Если поведение ребенка угрожает жизни и здоровью окружающих (игра с огнем, драки с более слабыми детьми.)
3. Если ребенок сознательно и целенаправленно доводит родителей или других членов семьи, не способных постоять за себя (например, младших детей). Психологической подоплекой такого рода действий является проверка силы и границ родителей. Если родители не могут отстоять сами себя, то ребенок не может быть уверен, что в более опасной ситуации они смогут защитить и его самого.

Формы физического наказания детей

Наказание поркой, ремнем как традиционный способ. Это не должно быть избиением и наносить ребенку телесные повреждения. Достаточно нескольких шлепков по ягодицам. По нашему мнению, не стоит использовать для наказания детей ремень или розги; сама по себе процедура шлепков по оголенной попе вызывает стыд.

Нажатие на болевые точки. Оно не принесет вреда здоровью, но будет весьма ощутимой мерой. Родитель большим и указательным пальцами руки щиплет трапециевидную мышцу, которая расположена между шеей и плечевым суставом, в месте ближе к плечевому суставу, при этом ни в коем случае не затрагивая сам сустав, а только мышечный массив.

Неприемлемые способы наказания

Если взрослый человек может воспротивиться и дать сдачи при несправедливом наказании, то у детей эта возможность отсутствует по причине их физической слабости и моральной и материальной зависимости от взрослых. Я перечислю те способы воздействия на ребенка, которые неприемлемы, и будут иметь свои негативные последствия для дальнейших отношений между родителями и детьми:

Физическое наказание детей, приносящее вред их физическому здоровью (удары по голове, нанесение тяжких увечий)

Использование эпитетов и оскорблений по причинам, которые ребенок не может исправить или опротестовать. «Ты весь пошел в отца», «Ты бестолочь и подонок, из тебя никогда не вырастет нормального человека» и пр. Это приводит к тому, что ребенок чувствует себя униженным, а не просто наказанным.

Причинение ребенку таких душевных страданий, которые он действительно не может вынести без ущерба для своей психики. Например, запирание ребенка, боящегося темноты, в темной ванной.

Прощение

Как просьба о прощении, так и способность простить требуют немалых душевных сил. Простить – означает стереть проступок другого из памяти так, как если бы его и не было. Но для этого нужно время, понимание и прочувствование тех причин, что побудили человека совершить неприятный для нас проступок. Стоит рассказать о том, что вы испытывали в тот момент, когда вам причинили боль, дать обидчику время на обдумывание – стоит ли ему просить прощения и в какой форме, но ни в коем случае не торопить его.

В нашей культуре просьба о прощении носит ритуальный характер. Зачастую мы требуем извинений формально, не задумываясь, чего мы на самом деле хотим: истинного раскаяния или ритуальных слов, и не давая себе отчета, готовы ли мы на самом деле простить.

Итак, главная и ежедневная забота родителей — строгостью удерживать ребенка в рамках хорошего поведения, (Я думаю, вы не станете наблюдать, как ребенок что-то ломает, а затем наказывать его. Вы остановите его вначале.) Вы будете прибегать к наказанию (если мы вообще пользуетесь этим средством) только тогда, когда одной строгости окажется недостаточно. Может быть, ребенок не устоял перед искушением испытать, а силе ли еще запрет пение, наложенное 2 месяца назад. Может быть, ребенок сердит на вас и нарочно плохо себя ведет. Может быть, он по неосторожности ломает вещь, дорогую для вас как память. Может быть, он был несколько груб с вами в то время, когда вы были чем-то раздражены. Может быть, его чуть-чуть не переехала машина, потому что он смотрел в другую сторону. В вас кипит справедливый гнев или возмущение, и вы наказываете ребенка или по крайней мере вам очень хочется наказать его.

Проверка необходимости наказания в его эффективности, т, е. достигает ли оно желаемого результата без каких либо серьезных побочных эффектов. Если наказание ожесточает ребенка и после него он ведет себя вызывающе, значит наказание не достигло цели. Если ребенок страдает, когда его наказывают, значит это слишком сильное средство для него. Каждый ребенок реагирует на наказание по-разному.

Ребенок, случается, нечаянно разобьет тарелку или порвет одежду. Если у него хорошие отношения с родителями, он огорчается так же, как и они, и наказания не требуется (иногда приходится даже успокаивать его). Если вы отругаете ребенка, который и без этого сожалеет о содеянном, то у него могут исчезнуть угрызения совести и он начнет пререкаться с вами.

У ребенка старше 6 лет достаточно развита чувство справедливости, чтобы понять справедливость наказания. Однако до этого возраста не нужно заставлять ребенка расплачиваться за последствия содеянного, т. е. говорить ему: «Сам виноват, ведь я тебе говорила... Вот видишь; что ты наделал» и т. п. Вы ведь не хотите, чтобы у ребенка развилось тяжелое чувство вины. Главная забота родителей — оберегать ребенка от несчастных случаев, а не судить его строго после того, как ошибка совершена.

В старину детей часто шлепали, и никто не придавал этому никакого значения. Затеи многие родителя решили, что это позорно. Но отказ от физического наказания не решил всех воспитательных проблем. Если родителя сердятся, но не шлепают ребенка, их раздражение может проявиться по-другому. Например, они могут пилить ребенка весь день или стараться пробудить в нем чувство глубокой вины. Я не пропагандирую физическое наказание, но я считаю, что оно менее вредно, чем продолжительное глухое раздражение. Шлепнув ребенка, вы отведете душу, и все встанет на свои места. Некоторые родители рекомендуют не наказывать ребенка в минуту гнева, а подождать, пока он пройдет. Это представляется неестественным. Каким же жестоким человеком нужно быть, чтобы выпороть ребенка, когда вы на него уже не сердитесь.

Некоторые родителя наказывают тем, что запирают ребенка в его комнате. Недостаток такого метода в том, что ребенку его комната может показаться тюрьмой. В некоторых семьях очень эффективным оказывается следующее средство: ребенка в качестве наказания заставляют сидеть "в определенном кресле в течение нескольких минут.

Старайтесь избегать угроз. Они ослабляют дисциплину. Вам кажется разумным предупредить ребенка: «Если ты будешь кататься по проезжей части дороги, а отниму велосипед». Но в каком-то смысле угроза — это вызов. Угроза заранее предполагает, что ребенок может ослушаться. Он скорее вас послушает, если вы скажете ему строгим голосом, чтобы он не ездил по проезжей части, особенно если он знает по опыту, что мать слов на ветер не бросает. Но, с другой стороны, если вы видите, что вам придется отобрать у него его любимый велосипед на несколько дней, то лучше честно предупредить его об этом'. Но, разумеется, неразумно угрожать ребенку и не выполнить угрозы или угрожать ему тем, что все равно выполнить невозможно. Кроме того, это самый верный способ подорвать свой авторитет в глазах ребенка. Вредно пугать ребенка колдунами, милиционерами или «чужими дядями».

Родителя, которые не справляются со своими детьми, это те, кто вынужден слишком часто наказывать, нуждаются в помощи. Некоторым родителям очень трудно справляться со своими детьми. Они говорят: «Он не слушается» или «Он просто испорченный мальчик»» Но со стороны видно, что мать, которая так говорит, даже не пытается что-либо предпринять, хотя думает, что делает все возможное. Мать, которая, наказывая ребенка, никогда не доводит наказания до конца... Другая, которая только обещает наказывать, но никогда не выполняет обещанного. Мать, которая заставляет ребенка подчиняться один раз, а потом спускает ему, когда он снова не слушается... Другая, которая начинает смеяться посреди выговора или наказания... Мать, которая грубо кричит на ребенка, что он плохой, и в его присутствии спрашивает у соседки: «Вы когда-нибудь видели более ужасного ребенка?» Подобные родители подсознательно ожидают от ребенка плохого поведения и не умеют его остановить. Более того, они, сами того не подозревая, подстрекают ребенка на непослушание. Их ругань и наказания — всего лишь выражение их бессилия. Жалуясь соседям, они надеются получить утешительное подтверждение тому, что ребенок действительно невыносим. Такие бессильные родители часто имели несчастливое детство, их не сумели убедить в том, что они в основном хорошие люди и нормально себя ведут. В результате они выросли неуверенными в себе. Такие родители нуждаются в помощи опытных педагогов.

Как просьба о прощении, так и способность простить требуют немалых душевных сил. Простить – означает стереть проступок другого из памяти так, как если бы его и не было. Но для этого нужно время, понимание и прочувствование тех причин, что побудили человека совершить неприятный для нас проступок. Стоит рассказать о том, что вы испытывали в тот момент, когда вам причинили боль, дать обидчику время на обдумывание – стоит ли ему просить прощения и в какой форме, но ни в коем случае не торопить его.

Простить означает, что вы никогда не будете припоминать проступок и использовать его в качестве «козыря» при дальнейших разногласиях. Простить – не означает забыть, а скорее поменять отношение к произошедшему.

Ребенок, перед тем как попросить прощения, должен точно знать, в чем именно он провинился. Стоит рассказать ему о своих чувствах и дать время об этом подумать, не отвергая его как личность. При этом нужно быть готовыми к тому, что и вам самим придется в чем-то раскаяться.

Обычно просьбы о прощении ассоциируется со слабостью, которую родители никак не имеют право проявить перед детьми. На самом деле, извиняясь перед детьми, мы показываем свою силу и подаем пример, как это делается.

Зачастую мы сами не даем ребенку возможности осознать свою вину. Мальчика, провинившегося перед бабушкой, ставят в угол. Он лишен возможности отвлечься на другие стимулы и занятия, и поглощен мыслями о своем проступке. Но когда подходит время обеда, его оттуда извлекают, хотя он может быть и не голоден, и таким образом прерывается его осознание и осмысление своей вины. Причина в приоритете материальных ценностей (своевременного приема пищи) над духовными.

Способы поощрения

Чем младше ребенок, тем более наглядным, ощутимым и неотложным должно быть поощрение. У маленького ребенка плохо развито чувство времени. Поэтому такая формулировка, как «если ты будешь всю неделю убирать за собой игрушки, то в воскресенье мы пойдем с тобой в зоопарк» неприемлема. Ребенок плохо понимает, что такое неделя.

Ему можно предложить увеличить время чтения сказки на ночь, новую игрушку, о которой он действительно мечтал, но не имел возможности ее получить в силу неправильного поведения, больший по времени совместный досуг (игры).

Кроме того, можно повесить над его кроваткой настенный календарь, и в конце каждого дня вместе с ребенком совместно «выставлять оценку» за пройденный день, отмечая его определенным цветом: красный – отлично, оранжевый – хорошо, желтый – средненько, а зеленый – плохо.

Ситуация для анализа

- Папа, а меня Нина Петровна похвалила! Я запомнил стихотворение быстрее всех! Хочешь расскажу? – девочка радостно скачет, ей не терпится поделиться с отцом удачей.

- Лучше расскажи мне о своем поведении, что ты натворила вчера! – строго говорит отец.

Лицо дочери меркнет. Напрасно весь день вынашивала она в себе заряд радости. Дома девочка делает еще один заход:

- Мама, хочешь, расскажу стихотворение про елочку?

- Мне не до елочки сейчас. В следующий раз расскажешь.

Вопросы:

Что испытывает ребенок в подобном случае, когда родители не стремятся его понять, разделить его радость?

Чем в дальнейшем чревато невнимание родителей к проблемам дочки?

Как вы относитесь к делам ребенка?

Стараетесь ли поддержать его стремление поделиться с вами своими радостями и огорчениями?

Комментарий педагога

У ребенка имеется потребность в общении с близкими людьми. Если родители не реализуют ее, то ребенок найдет другого человека, с которым будет общаться, делиться своими проблемами. Так, иногда дети попадают в сомнительные компании. Иногда родители удивляются, почему они последними узнают о событиях в жизни их ребенка.

Наказание – сильно действующий метод воспитания, но его надо применять осторожно, с учетом многих обстоятельств: это и мотивы поступков детей, и возрастные особенности. Не спешите с выводами, не унижайте ребенка, не кричите на него, не оттачивайте на детях свое остроумие. Наказание должно быть педагогически оправданным. Физические наказания недопустимы.

Общие правила.

Наказание не должно вредить здоровью - ни физическому, ни психическому.

Если есть сомнения "наказывать или "не наказывать", не наказывайте. Никакой "профилактики" на всякий случай.

Наказание не за счет любви. Что бы ни случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы и награды, никогда не отнимайте подаренного Вами или кем бы то ни было - никогда.

Наказан - прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута. Как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова.

Наказание должно быть без унижения. Что бы ни было, какая ни была вина, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество Вашей силы над его слабостью, как унижение. Оценивать нужно не личность ребенка, а поступок, который он совершил.

Ребенок должен осознавать справедливость наказания. Если ребенок считает, что Вы несправедливы, наказание подействует только в обратную сторону.

Важно:

Проявлять терпение

Объяснить причину

Выслушать обе стороны

Нельзя наказывать: за то, что ребенок отличается от других; за то, что он имеет отличную от вашей точку зрения.

В наказании и поощрении необходима своевременность. Наказывать мгновенно и справедливо.

Если «сцепились» двое наказать следует обоих, т.к. не бывает одного виновного. Если «достанется» обоим – обиженных не будет, все останутся довольны.

Маленьких детей вообще наказывать не имеет смысла, им необходимо только все объяснять.

При разговоре с провинившимся ребенком нужно делать акцент на том, что накажут не только его, но еще и вожатого.

Взрослым детям можно дать возможность выбрать наказание самим. Сказать, например: «Ну и чего вы заслуживаете после такого?» (предварительно «раздуть», преувеличить их поступок).

Наказывая ребенка, правильнее лишать его приятного, чем делать плохое.

Однако мы с вами понимаем, что идеальных людей не бывает, да и дети порой не всегда должным образом реагируют на замечания взрослого. Поэтому иногда детей всё-таки приходится наказывать.

Надо отметить, что наказать ребёнка без предупреждения можно только в случаях серьёзных провинностей, в остальных случаях ребёнка следует предупредить о том, что если он не прекратит своих действий, то будет наказан. Во многих случаях угроза наказания является более эффективной формой воздействия на ребёнка, чем само наказание, особенно, если ребёнку не сказать какое именно наказание последует за его действия.

Общее правило звучит где-то так: «Наказывай только тогда, когда по-другому нельзя», но также есть и правило «Отсутствие наказания за осознанный проступок порождает вседозволенность».

Наказывая ребёнка или предупреждая о наказании надо соблюдать несколько правил:

Мера наказания должна соответствовать совершенному проступку (бессмысленно выгонять ребёнка из лагеря за то, что он на две минуты опоздал на обед);

Нельзя угрожать ребёнку наказанием, которое вы не сможете применить;

Нельзя применять к ребёнку наказание, которое он не в состоянии выполнить;

Если на предупреждение о наказании ребёнок не отреагировал, то его необходимо наказать обещанным образом и при этом проконтролировать выполнение наказания;

Выбирая наказание ребёнку, можно учитывать его интересы и ценности (ребёнок очень любит ходить на дискотеки или с отрядом в лес, участвовать в различных представлениях, не любит рано ложится спать и так далее);

За один проступок наказывают один раз. То есть наказывать должен один человек за конкретное нарушение, а не все по очереди (вожатый, напарник, начальник лагеря…)

Простить ребёнка или изменить меру наказания может только вожатый, его наказавший (в противном случае это может привести к значительным проблемам в управлении отрядом и в отношениях между вожатыми).

Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало

Ребенок должен бояться не наказания, а вашего огорчения

Если провинился случайно или не знал, что поступает плохо, не наказывать

Опросы показывают, что очень многие, как дети, так и взрослые, испытавшие наказание на себе, считают его справедливым, допустимым и просто необходимым способом воздействия. На вопрос: «Зачем нужно наказание?» они отвечают: «А как иначе?», «Так принято», «Так было всегда».

Психологически наказание низводит любого наказываемого до уровня «приниженного ребенка» в терминах теории Э. Берна, которая гласит, что наш внутренний мир представлен тремя составными частями: «родительская» часть, актуализирующаяся, когда мы обучаем кого-либо, заботимся о ком-то, наказываем, руководим, опекаем; «взрослая» часть, которая работает, когда мы что-то анализируем, рефлексируем, осознаем свое поведение; «детская» часть, которая «просыпается» в нас, когда мы играем, радуемся, творим или боимся, жалуемся, подчиняемся, просим помощи.

Парадокс заключается в том, что когда мы наказываем кого-либо, неважно кто это — заместитель начальника цеха, школьник или трехлетний малыш, мы принижаем его до уровня неразумного «ребенка», в то время как нам нужно активизировать в этом человеке ответственного, анализирующего свое поведение «взрослого».

Наказание разделяет ребенка и родителя. Оно становится барьером между ними ­и мешает сотрудничеству, совместной работе по нахождению подходящих для ребенка средств управления его поведением. Какое же может быть партнерство, если один агрессивно демонстрирует свою безраздельную власть над другим?

Наказание как бы перекладывает всю вину на того, кто совершил неблаговидный поступок. Тем самым мы рассматриваем этого человека и его поведение изолированно, без связи с причинами, предшествовавшими неправильному поведению. Желающий кого-либо наказать может сначала вспомнить мудрость: «Нет плохих учеников, есть плохие учителя».

Наказание, призванное откорректировать какой-нибудь отдельный элемент поведения ребенка, исправить одну психологическую функцию, реально направлено на личность ребенка в целом. Ребенок, особенно, маленький, интерпретирует факт своего наказания как своеобразное сообщение, исходящее от самых значимых и близких для него людей: «ты — плохой!».

Однако, бывают ситуации, когда ребенок как бы сам подталкивает родителя к наказанию. Когда ребенку хронически не хватает родительского внимания, он бессознательно «решает» вести себя плохо, чтобы родители уделили ему хоть такое специфическое внимание.

Использование наказания является признаком беспомощности, признанием того факта, что мы не в состоянии объяснить ребенку, почему чего-то делать нельзя, а он не в состоянии иным способом уяснить это. Наказывая, мы расписываемся в своей неспособности быть воспитателем. «Насилие — последнее прибежище некомпетентности» — говорил Айзек Азимов.

Всем нам надо помнить, что почти всегда есть альтернатива наказанию. Иногда родители спрашивают, как иначе объяснить совсем маленькому ребенку, что можно, а что нельзя делать. Ведь он пока не способен понять логичные рассуждения.

Это верно, ответим мы, но почему вы думаете, что маленький ребенок может в этом случае правильно понять, что вы хотите сказать ему с помощью наказания? Вы хотите, например, чтобы ребенок сделал вывод: «Буду поступать плохо — меня ударят». На основании чего вы полагаете, что у несмышленого ребенка та же логика, что и у вас? Попробуйте посмотреть на ситуацию глазами ребенка. Почему бы ему не сделать вывод: «Мама плохая, она меня не любит, поэтому бьет» или «Я вообще плохой, поэтому меня бьют, а вот моя младшая сестренка хорошая — ее не бьют». Представьте, что вы завели щенка и позволяете ему погрызть старый тапок или башмак, но будете наказывать, если он примется играть с новой туфлей. Видимо, ему будет трудно разобраться в наших критериях «дорогая — дешевая вещь» и единственный вывод, который он сделает: «Этих людей понять невозможно».

Когда вам надо прервать неправильные действия маленького ребенка, вспомните, что в этом возрасте он живет в визуальном мире. Иногда вместо наказаний и даже вместо объяснений, которые не всегда эффективны, если ребенок возбужден, вы можете просто взять его на руки и унести в другое место, где он успокоится и переключится на что-то иное. Наконец, вы можете отвлечь ребенка. Подойдите, например, к окну и, глядя на улицу, громко скажите: «А куда это, интересно, побежала эта странная большая собака?» Проявите фантазию!

Родитель, не желающий наказывать, вовсе не обязан скрывать свои негативные чувства, неизбежно возникающие у него вследствие неправильного поведения ребенка: вполне допустимо выражение сожаления, разочарования, досады, страдания, возмущения, но не обвинения. Нормально и даже желательно проявление этих эмоций. Уже одна эта обратная связь способна показать ребенку, что он поступает неверно.

Если вашему ребенку уже больше 5 лет, то один из способов коррекции детского поведения — пригласить ребенка к совместным размышлениям, с одной стороны, над причинами его плохого поведения, а с другой стороны, над способами изменения ситуации в лучшую сторону. В этом случае вы выступаете не как противники, а как равноправные партнеры, вместе разрабатывающие план атаки на общую проблему. Будьте для своего ребенка опытным и заботливым «старшим братом» или «старшей сестрой». Старайтесь вообще избегать слов «кто виноват», «вина». Говорите вместо этого «в чем причина», «что помешало».

«Не ищите виноватого, ищите лекарство», — почти сто лет назад говорил Генри Форд. Недавно наша соседка рассказала, как она разработала для своей шестилетней внучки, не желавшей класть на место свои вещи, специальную увлекательную игру под названием «Где кто живет?» Теперь проблема с уборкой своей комнаты для этой девочки решена почти на 70–80%.

Если судьба послала вам счастье быть родителем, то сначала начните воспитывать себя. Развивайте в себе рефлексию над своим поведением, выращивайте в своей душе «внутреннего наблюдателя» и советника. Как-то раз, крича на собственного ребенка, я случайно увидел в зеркале свое лицо. Картина была не из приятных. Потом я прочитал одно исследование, где говорилось, что наличие в служебном помещении больших зеркал на видных местах примерно на треть снижает конфликтность между сотрудниками.

Желая воздействовать на ребенка, правильно выбирайте время и место для этого. Не стоит заниматься воспитанием по ночам, когда ребенок или вы сами раздражены, или плохо себя чувствуете, а также в присутствии посторонних.

Воспитывая ребенка и последовательно, поэтапно формируя у него полезный навык или желание делать что-либо, не ждите мгновенного и полного эффекта. Подкрепляйте похвалой, одобрением любой, даже самый маленький шаг ребенка в нужном направлении. Например, прекрасное средство — повесить на стене лист бумаги, где фиксировать, с помощью, допустим, звездочек, все случаи, когда ребенок поступал хорошо, выполнял поручения правильно и быстро. Или попросите ребенка научить чему-нибудь вас — пусть он побудет вашим учителем. Это разовьет в нем ответственность и умение быть взрослым. Учитесь всей семьей. Любое обучение — это долгий и непростой путь, который можно пройти только вместе с ребенком.

Иногда сторонники применения наказания ошибочно противопоставляют наказанию вседозволенность и потакание любым прихотям ребенка. Настоящей альтернативой наказанию является любовь, принятие, целенаправленное обучение и последовательное воспитание. Безусловно, ребенок должен знать, уважать и соблюдать границы, правила и нормы, установленные взрослыми. Было бы очень хорошо, чтобы ребенок подчинялся этим правилам не бездумно, не по принципу «есть, так точно». Чтобы он имел возможность проанализировать эти непреложные истины вместе с родителями и, поняв их разумность и обоснованность, принял бы их на эмоциональном и на рациональном уровне.

Хороший родитель, воспитатель, педагог способен посмотреть на мир, на любую проблемную ситуацию глазами ребенка. Общаясь с ребенком, почаще вспоминайте себя маленького. Вспоминайте или представляйте, какие чувства вы испытывали или могли бы испытывать в сходной ситуации, о чем думали, чего хотели. Существует психологический прием, помогающий взрослому понять ощущения маленького ребенка: психолог просит одного из супругов встать на стул, а другого сесть рядом на корточки и посмотреть снизу на стоящего. Тем самым моделируется соотношение в росте между малышом и взрослым. «А теперь попробуйте замахнуться и грозно прикрикнуть на того, кто внизу», — просит психолог стоящего на стуле и обращается к сидящему: «Ну как, что вы сейчас чувствуете? А теперь представьте, что этот великан вас сейчас еще и ударит».

Приучая вашего ребенка контролировать себя, преодолевать соблазны, старайтесь при этом не ставить его в слишком тяжелые для неокрепшей психики условия, иначе говоря, не провоцируйте его нарушать установленные вами правила. Помните пословицу: «Не клади плохо, не вводи в грех». Например, если вы демонстративно ставите на стол конфеты и говорите, что сладкое будет только после основной еды, то можете представить его напряжение. По мнению Э. Берна, автора всемирно известной книги «Игры, в которые играют люди», родитель, наказывающий ребенка, поддавшегося на подобную провокацию, «играет» в негативную «игру» под характерным названием «Попался, сукин сын!»

Один из важных социальных навыков, который должен освоить ребенок, это умение искренне извиняться перед сверстниками или перед взрослыми в том случае, если он провинится перед ними. Причем, извиняться, просить прощения, не унижаясь при этом, а выражая сожаление, раскаяние в содеянном. И здесь хорошим уроком будет пример взрослых, пример родителей или учителей, особенно, когда они извиняются перед детьми. Взрослый не должен бояться этого, наоборот, ребенок обязательно оценит такой шаг и авторитет взрослого в глазах ребенка только укрепится.

Приходилось ли вам раскаиваться после того, как вы наказали своего ребенка? А случалось ли вам извиняться перед ним за свою жестокость или грубость? Как вы миритесь после ссоры? Кто обычно является инициатором сближения, вы или ребенок? Вы оба выражаете сожаление, что между вами произошла «маленькая война», оба являетесь парламентерами и встречаетесь на нейтральной полосе или вы ждете, что ребенок «приползет на коленях», прося мира и пощады? Учитесь ли вы чему-нибудь, отмечая проблемы у ребенка? Считаете ли вы, что это и ваши проблемы тоже?

Если хотите, можете задать себе эти вопросы и ответить на них с любой степенью откровенности. Это ваше право, а не обязанность. Лично для меня некоторые из них являются очень непростыми.

Если вы еще стоите перед дилеммой: наказывать или нет вашего ребенка, то попробуйте сначала ответить себе, а что вы обычно делаете, когда у вас ломается компьютер, телевизор или автомашина? Вы наказываете свой компьютер? Наверное, нет. Вы ищете самостоятельно или с помощью эксперта причины неисправности и устраняете их. Наказывать ребенка, подчиненного, любого человека так же нелогично, как наказывать неисправный прибор. Выходит, мы иногда гуманнее ­обращаемся с предметами неживой природы, чем со своими детьми.

Если ваш ребенок не делает того, что должен делать или делает это плохо, то этому могут быть три группы причин: 1) он не хочет этого делать; 2) не умеет делать это хорошо или 3) не имеет возможности сделать. Определив какая из причин мешает ребенку (студенту, подчиненному), родитель (педагог, руководитель) должен: 1) мотивировать, простимулировать активность ребенка, сделать так, чтобы он захотел сделать нечто нужное; 2) научить (хорошо научить, а не так: «мы с вами это проходили, значит, вы должны это знать») и 3) создать возможность для действия. Вот и все. Кстати, то же самое относится и к тем, кто любит наказывать себя сам. Главное, что мы сами можем выбрать, куда поставить запятую во фразе: «Наказывать нельзя воспитывать».

Взрослые часто наказывают своих детей так, как в свое время их самих наказывали родители. В этом случае можно говорить о действии так называемого «негативного семейного сценария». Кстати, бывает, что старшие дети, подражая родителям, «отыгрываются» на своих младших братьях и сестрах, не дожидаясь рождения собственных детей. Возникает такая своеобразная семейная «дедовщина». Однако, времена меняются и наказания, хоть и медленно, но меняются вместе с ними.

Если пролистать детские книги, написанные в 30–50 годах прошлого века, то можно увидеть, что тема наказания и, в частности, телесного, там проходит, что называется, «красной нитью». Даже в старых мультфильмах был образ страшного змееподобного ремня, угрожавшего «закоренелому» двоечнику. Однако, уже лет двадцать-тридцать «драть» детей стало немодно, не говоря уже о совсем «доисторических» вымоченных в соленой воде ивовых или березовых розгах. Все чаще сейчас применяются различные ограничения и лишения. Но суть дела от этого не меняется — в любом наказании присутствует чувство унижения, боли, осознание того, что тебя не любят, не понимают и не принимают. Любому наказывающему неплохо бы для начала посмотреть на самого себя, а уже потом выискивать «соринку в чужом глазу». Вспомните известную истину: «кто сам без греха?».

Наказание подчеркивает зависимость ребенка от воли большого и сильного взрослого. Фактически в момент осуществления наказания в семье воспроизводятся отношения по схеме «господин — раб». Занесенная над ребенком рука, как «машина времени», отправляет родителя и ребенка на несколько тысяч лет назад. Рабское мироощущение у ребенка блокирует возможность обучения. Вот что, например, говорил по этому поводу Платон: «Свободнорожденному человеку ни одну науку не следует изучать рабски. Насильственно внедренное в душу знание непрочно. Поэтому, друг мой, питай своих детей науками не насильно, но играючи, чтобы ты лучше мог наблюдать природные наклонности каждого».

Однозначно судить о последствиях наказания для ребенка и для взрослого, вырастающего из этого ребенка, довольно трудно. Необходима комплексная психологическая диагностика как самого ребенка, так и его родителей, их взаимоотношений. Психологи, изучающие эту проблему, говорят о том, что дети, подвергавшиеся интенсивным наказаниям, часто вырастают или в безынициативных, нетворческих взрослых с низкой самооценкой, либо в агрессивных людей, мстящих всем вокруг. Так, зарубежными специалистами было обнаружено, что 98% преступников, осужденных за насильственные преступления, сами подвергались в детстве систематическому насилию со стороны взрослых.

Люди, подвергавшиеся в детстве физическим наказаниям, могут иметь серьезные проблемы в сексуальной сфере, в общении с противоположным полом. Как правило, эти люди с трудом принимают свое тело. Психологи, работающие в области «телесноориентированной терапии», отмечают, что таких взрослых легко можно распознать по характерным мышечным зажимам в области шеи и плеч, а также в области малого таза, что сказывается на осанке и походке.

Что чувствует наказываемый, каждый, наверное, знает. А что чувствует тот, кто наказывает? Это смешанные и противоречивые чувства: сначала праведный гнев, а потом сожаление или стыд, что сорвался. Иногда к этому примешивается что-то вроде упоения властью, ощущение могущества и контроля над ребенком. Порой, это бессильная злоба. В любом случае, вряд ли эти чувства можно назвать позитивными.

«Наказывать ребенка вы можете лет эдак восемнадцать, зато потом он может всю жизнь наказывать вас», — говорит тренер Константин, отец двоих детей.

К сожалению, наказывая ребенка физически, родители, находясь в возбужденном состоянии, не всегда могут соразмерить силу удара с возможностями ребенка этот удар вынести, что приводит порой к очень печальным последствиям.

Наказание иного рода — приказ встать «в угол», отказ от общения с ребенком, лишение игрушки, денег, всевозможные запреты, — как правило, и более обдуманны, и более длительны. В этом случае родителем движет не просто и не только чувство злости и мести, но и стремление повлиять на ребенка, на «причину», приведшую к плохому поведению, иными словами, родитель пытается «воспитывать». Иногда такого рода наказания сопровождаются «контрактами» типа «вот исправишь двойку в четверти, тогда играй на компьютере в эти дурацкие игры сколько хочешь».

Такое наказание, как молчание родителя, «пока не извинишься», часто может быть, по признанию самих детей, более сильным, изощренным и болезненным, нежели шлепок или подзатыльник, сделанный «в сердцах». Естественно, нефизические наказания чаще применяются к более взрослым детям — во-первых, родители считают такой вид наказания «апелляцией к разуму» своего «уже большого» ребенка, во-вторых, они уже более склонны щадить его самолюбие. Наконец, некоторые дети в 14–15 лет уже обгоняют по росту своих родителей и бить такого, с одной стороны, как-то не с руки, а с другой стороны, он, чего доброго, и ответить может… Да, наказание очень часто может спровоцировать ребенка, а особенно, подростка на протестное поведение, которое может проявиться в замкнутости ребенка, в побеге из дома, в «психологическом побеге» с помощью наркотиков, погружения с головой в компьютерные игры и т.п.

Однако, нам надо помнить, что любое наказание, являясь по сути энергетическим ударом по ребенку, порождает в нем букет чувств: обиды, стыда, злости, бессилия, несправедливости и вины.

Чувство вины является, как правило, очень сильным и гнетущим, если ребенок считает наказание «заслуженным», но сформировать с его помощью новый навык или черту характера очень трудно. Е.И. Николаева утверждает: «Виноватому важно одно: чтобы его простили — родители, начальник, супруг и т. д. А вовсе не изменение поведения».

Считается, что наказание должно создать в голове у ребенка логическую конструкцию: будешь поступать плохо — будет больно, физически или душевно. Таким образом, наказание выступает как способ обучения. Помните, как в детстве нас учила крапива или оса? Было больно, но зато очень эффективно и этот урок мы помним всю жизнь. С другой стороны, мы всю жизнь помним не только все уроки, преподанные нам таким образом, но и ту боль, чувство стыда и беспомощности, которые при этом испытывали.

Практически каждый взрослый человек помнит, как его наказывали родители. Если хотите, можете проделать такой эксперимент: попросите любого взрослого вспомнить любую детскую обиду, связанную с наказанием. По нашим данным, средний взрослый человек 40–50 лет вспоминает свою детскую обиду за 7–10 секунд. Причем, вспоминает не только сам факт, но вновь переживает, конечно, в ослабленном виде, те негативные чувства, которые испытывал 30–40 лет назад. Даже его тело вспоминает мышечные напряжения, соответствующие разным наказаниям.

В мире нет, наверное, ни одного человека, который не знал бы на собственной шкуре, что такое наказание. И также, видимо, нет человека, который бы хоть раз в жизни не наказал другого. Мы все знаем, что слова «наказание» и «казнь» одного корня. Наказывать или нет, бить или не бить — вот в чем вопрос. Насколько эффективно наказание как способ воспитания, как средство коррекции поведения ребенка (и не только ребенка)? В чем вообще смысл наказания?

Помните анекдот про чашку, разбитую на кухне? Как догадаться, кто ее разбил – мама или дочь? Очень просто: если потом следует тишина, то разбила мама. Не будет же она сама себя ругать. И сразу видно, что если она кричит, то не от факта, что чашки больше нет, а от желания, чтобы дочь несла ответственность за свои поступки. Именно поэтому, когда вдруг наш ребенок в острой ситуации выказывает удивительное понимание, искреннее раскаяние и переживание, мы совершенно не злимся. Это от того, что мы видим, что ребенок сам взял ответственность за этот поступок, и нам нравится, что он это сделал.

Если помнить, что родитель – это внимательный наблюдатель, аккуратно ведущий ребенка долгие годы по дороге жизни, и не пытаться скинуть ответственность на ребенка, а тратить силы на внутренний поиск причин происходящего, новые слова, – в конце концов на чистку ковра, то терпение будет практически безграничным!