*Как воспитывать детей без наказаний.*

Безусловно, воспитание без наказаний, кажется на первый взгляд (да и на самом деле является) более сложным, требующим от родителей определенной выдержки, умения признавать свои ошибки, внимания к интересам ребенка и уважения к его личности. Сколько родителей давали себе обещание больше никогда не бить и не наказывать своего ребенка и сколько из них снова и снова делали это?

Каждый раз родители находят себе новые оправдания - «ребенок вывел меня из себя», «я испробовала все другие методы», «он просто невыносим», «меня тоже в детстве наказывали, но ничего страшного, вырос нормальным человеком»...

На самом деле, наказание как воспитательное воздействие совсем не является обязательным элементом воспитания. Оно становится таковым тогда и только тогда, когда родители не сумели выстроить доверительные отношения со своим ребенком, не смогли четко обозначить ему границы дозволенного поведения и не справились с задачей развития у ребенка функции внутреннего самоконтроля. Ведь по сути своей наказание выполняет внешнюю контролирующую функцию поведения ребенка.

**Как же воспитывать ребенка без наказаний?**

Воспитание без наказаний базируется на нескольких основополагающих принципах.

1. Ключевая мысль, которая определяет этот подход, - признание уникальности личности ребенка, наличия у него чувств и переживаний, желаний и потребностей. На практике это означает, что сталкиваясь с неподобающим поведением ребенка, родитель, прежде всего, думает не о том, что это поведение должно быть немедленно прекращено по причине его «неугодности», а о том, чем такое поведение может быть вызвано, какие переживания и стремления лежат в его основе. Иными словами, если ребенок ведет себя плохо, значит, на это есть какая-то причина, значит, ребенок испытывает некий дискомфорт, который мы, родители, должны попытаться устранить.

2. Уважение интересов и ценностей ребенка. Признание личности ребенка ведет за собой признание наличия у него собственных ценностей, даже если они идут вразрез с вашими собственными ценностями. Любящие родители должны признать право ребенка совершать свои ошибки, иметь ошибочное, но свое собственное мнение о чем бы то ни было, интересоваться незначительными с их точки зрения вещами. Такой подход позволяет ребенку активно формировать свою систему ценностей, учиться находить и исправлять свои ошибки, воспитывает аналитическое мышление и учит самостоятельному осуществлению выбора.

3. Для того чтобы сделать воспитание без наказаний действительно эффективным,родители должны научиться видеть свои ошибки и признавать свое несовершенство. Следует регулярно пересматривать свои воспитательные методы, свою систему запретов и требований, предъявляемых к ребенку и, при необходимости, вносить в них соответствующие изменения и корректировки. Если ребенок слишком активно выражает протест против ваших требований, стоит еще раз задуматься об их справедливости и целесообразности в данной конкретной ситуации. Чаще всего, это может означать противоречие требований и ограничений естественным потребностям и интересам ребенка.

4. Безусловная любовь - одно из важнейших и необходимейших требований, делающее возможным осуществление воспитания без наказаний. Чрезвычайно важно постоянно говорить о своей любви ребенку любого возраста и обязательно выражать свою любовь посредством телесных проявлений (с помощью прикосновений, объятий, похлопываний по плечу и т.д. в зависимости от возраста ребенка).

Ребенок должен расти в атмосфере любви и уважения, он должен знать и чувствовать в каждый момент времени, что в семье его любят - и тогда, когда принес из школы «пятерку», и тогда, когда ждет папу с родительского собрания, и тогда, когда сам, без напоминания, собрал свои игрушки, и тогда, когда разбил любимую мамину вазу. Если мы наказываем ребенка за плохие поступки, раз за разом убеждая его в том, что он плохой, мы, тем самым, навешиваем на него ярлык, который уже не оставляет ребенку пространства для изменений.

5. Семейные правила. Установите и донесите до сведения вашего ребенка определенный список правил (он не должен быть слишком длинным), которые обязательны к соблюдению всеми членами семьи. В этом списке исключите всякую возможность возникновения двойных стандартов требований по отношению к ребенку или другому члену семьи. Например, если нельзя есть сладкое до обеда, то это нельзя делать ни папе, ни маме, ни старшей сестре, ни дома, ни у бабушки с дедушкой, ни в гостях. Помните о том, что двойные стандарты серьезно дезориентируют ребенка, препятствуют формированию у него самоконтроля и способствуют развитию таких нежелательных проявлений поведения, как подхалимаж и изворотливость.

6. Подавайте пример. С рождения и как минимум до подросткового возраста родители являются авторитетом для своих детей и должны воспользоваться этой прекрасной возможностью подать им пример желаемого поведения. Вы не привьете ребенку интерес к чтению, если он чаще видит вас перед телевизором, чем с книгой в руках; вы не научите ребенка уважению к старшим, если позволяете себе нелестные высказывания в адрес учителей, соседей, собственных родителей; вы не сможете приучить его к порядку и чистоте, если в вашей комнате бардак и вы делаете уборку спустя рукава. Подражание родителям является естественным для ребенка, поэтому, намереваясь воспитать своего ребенка без наказаний, нам следует всегда отдавать себе отчет в том, какой пример мы ему подаем.

7. Отказ от воспитания, основанного на давлении авторитета и силы. Если в ситуациях неправильного поведения ребенка (например, когда он отнимает чужие игрушки или разбрасывает и рвет свои вещи), родители подчиняют его волю, применяют силу или угрожают ее применением, рано или поздно это приведет к тому, что ребенок начнет стремиться любыми способами выйти из-под контроля этой силы. Если же психика ребенка окажется недостаточно сильной, он может превратиться в совершенно безвольное и безынициативное существо. Так или иначе, давление авторитета лишь загоняет внутренние трудности ребенка, лежащие в основе плохого поведения, глубоко внутрь, что создает только видимость решения проблемы.

8. Будьте последовательны. Воспитание без наказаний начинается с воспитания воспитателей, то есть самих родителей. Родители должны иметь четкую систему ценностей, ясно представлять себе цели воспитательного процесса, уметь управлять своими эмоциями, личностно расти вместе со своим ребенком. Взрослым, воспитывающим ребенка, следует развивать в себе самодисциплину и терпение. Только в этом случае родители могут рассчитывать на эффективность своих воспитательных воздействий.

Безусловно, следование всем перечисленным принципам в жизни может показаться слишком сложным, особенно тем родителям, которые с помощью давления авторитета и систематических наказаний добились более или менее устраивающего их поведения ребенка. Однако даже в этом случае, не стоит удовлетворяться временными результатами, достигнутыми таким сомнительным путем.

Для того чтобы воспитание было действительно эффективным, а его результаты долгосрочными, потребуется немалая работа над собой и ежедневный труд по выстраиванию доверительных взаимоотношений с ребенком. Постепенно, шаг за шагом, вы сможете прийти к взаимопониманию и взаимоуважению с вашим ребенком, основанному на любви, безусловном принятии и естественных закономерностях детско-родительских отношений.