

## **КАК ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЕНКА БЕЗ ФИЗИЧЕСКОГО НАКАЗАНИЯ.**

### **➤ СОБЛЮДАТЬ ГРАНИЦЫ ДОЗВОЛЕННОГО.**

Все, что необходимо непослушному ребенку, это четкое и однозначное осуждение его поступка.

### **➤ УСТАНОВИТЬ ПРАВИЛА**

Наказание будет справедливым, только если мы заранее установили правила поведения и ребенок знает о них.

### **➤ НЕ ЛИШАТЬ ЛЮБВИ**

Даже когда мы его наказываем, ребенок должен быть уверен, что он по-прежнему любим: плохой для нас не он сам, а его поступок.

## **ПЯТЬ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ НЕ СТОИТ БИТЬ РЕБЕНКА**

**ЭТО В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ УДАР**, сам по себе достойный осуждения.

**ЭТО ПРИЗНАНИЕ СВОЕЙ СЛАБОСТИ**: родитель не смог совладать с собой, и это роняет его

авторитет в глазах ребенка. Ребенок делает вывод, что своими провокациями он может взять верх над взрослым.

**ЭТО ДЕЛАЕТ НАСИЛИЕ ЧЕМ-ТО ОБЫЧНЫМ**: взрослый дает понять, что физическая сила – единственное безотказное средство решения конфликта. Есть опасность, что ребенок усвоит это правило и в свою очередь станет выбирать формы поведения, связанные с насилием.

**ЭТО УНИЗИТЕЛЬНО**: ребенок чувствует себя недостаточно любимым, он все хуже и хуже ведет себя... и получает новые шлепки. Этот порочный круг побуждает и ту, и другую сторону ко все большему насилию и препятствует формированию у ребенка самоуважения.

**ЭТО НЕЭФФЕКТИВНО**: если ребенок и уступает, то из чувства страха, а не из-за признания своей вины. Он не извлекает из этого наказания никакого урока; причины конфликта не исчезают, наоборот, они провоцируют следующий кризис в отношениях. Да, под влиянием эмоций самый принципиальный родитель может ударить ребенка. Но спустя время, когда кризис миновал, объясните, не путаясь в извинениях: «Я не хотел этого делать, но твое поведение (слова, поступок) вывело меня из себя». Эта фраза покажет ребенку, что вы понимаете бессмысленность физического наказания. И, возможно, станет первым шагом к вашему диалогу.

## **ФОРМУЛА ЗДОРОВОГО РОДИТЕЛЬСТВА**

выводится из двух основных компонентов - из любви и строгости, которые приводят в действие целую систему поощрений и пресечений. Любое сосредоточение на любви, в ущерб строгости и справедливости порождает неуважение к авторитету и власти родителей. И, наоборот, авторитарная, подавляющая атмосфера в доме глубоко обижает ребенка, который думает, что его не любят и даже ненавидят. И так, главная задача родителей – добиться точного баланса между милосердием и справедливостью, между нежностью и требовательностью, между любовью и строгостью.

***ПОРКА – ЭТО ПЕРВЫЙ ВЕРШОК АРШИННОЙ ДУБИНЫ НАСИЛИЯ. ИМЕННО ИЗ НЕ РОЖДАЮТСЯ ДРАКИ, А, В КОНЦЕ КОНЦОВ – УБИЙСТВА, ИЗНАСИЛОВАНИЯ, ТЕРРОРИЗМ. ПРИНЯТОЕ ДОМА ПОВЕДЕНИЕ ФОРМИРУЕТ МАЛЕНЬКОГО ЧЕЛОВЕКА И ПОДТАЛКИВАЕТ ЕГО В ПОЛЬЗУ НАСИЛИЯ, КОГДА ОН НЕ ЗНАЕТ, КАК ЕЩЕ ПОСТУПИТЬ.***

## МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ КОНФЛИКТА.

*Подчас взрослому нелегко сдерживать себя, чтобы не поднять руку на ребенка. Многие родители легко раздают шлепки и подзатыльники, просто так, не задумываясь, по привычке.*

### ЧТО ЖЕ К ЭТОМУ ПРИВОДИТ?

#### СИТУАЦИЯ – МЫСЛИ - ЧУВСТВА - ДЕЙСТВИЯ родителей СИТУАЦИИ, ПРИЧИНЫ

Поведение ребенка, которое может привести к физическому наказанию:

- Не слушается, дерется, ведет себя вызывающе;
- Врет; Ворует;
- Не выполняет домашних обязанностей;
- Ломает игрушки, портит вещи;
- Капризничает во время еды, при отходе ко сну;
- Делает все медленно;
- Плохо учится; Ноет, хнычет

#### МЫСЛИ

Родители уверены, что они всегда знают, как их ребенок должен вести себя в данный момент. Часто у родителей есть образ «идеального ребенка», с которым они сравнивают своего реального. Они не учитывают, что ребенок может быть счастливым только будучи самим собой, а не таким, каким они себе его воображают. Неправильные представления о том, каким должен быть ребенок, завышенные требования к нему очень часто ведут к неправильным реакциям на поведение своего, а не идеального ребенка.

#### ЧУВСТВА

Отрицательные: раздражение, гнев, ярость, негодование – если с ними не справиться, приводят к физическому наказанию.

#### ДЕЙСТВИЯ

Физические наказания, которые, по мнению родителей, станут для ребенка заслуженными и заставят изменить поведение.

### ЭТУ ЦЕПЬ РОДИТЕЛИ МОГУТ ПРЕРВАТЬ НА ЛЮБОМ ЭТАПЕ: НА УРОВНЕ СИТУАЦИИ

Вы можете изменить ситуацию так, чтобы ребенку незачем было вести себя неправильно.

**Пример:** ребенок постоянно обращается с требованиями, просьбами, не дает родителям поговорить друг с другом.

**Предложение:** не дожидайтесь, пока ребенок станет демонстрировать потребность в вашем внимании с помощью капризов. Придя с работы, сразу же уделите ребенку хотя бы 15 минут, поговорите с ним, поиграйте. Используйте любую возможность, чтобы выразить свои теплые чувства ребенку (чаще улыбайтесь, проходя мимо, просто погладьте по руке, обнимите и т.п.)

### НА УРОВНЕ МЫСЛЕЙ И ОБРАЗОВ

Не предъявляйте ребенку требований, которые не соответствуют его возрасту и возможностям.

**Пример:** отец шлепает свою двухлетнюю дочь, чтобы «научить ее не выбегать на шумную улицу».

**Предложение:** присматривайте за малышкой в опасных ситуациях, пока она не достигнет возраста 6-7 лет, когда сама сможет оценить степень опасности. И дети, и взрослые лгут, когда чувствуют себя загнанными в угол, чтобы избежать наказания и из страха быть отвергнутыми.

**Пример:** ребенок обманывает.

**Предложение:** родители должны понять, что ребенок не родился лгуном, а у него должны быть причины для вранья.

### НА УРОВНЕ ЧУВСТВ

Если поведение ребенка все-таки вызвало у вас раздражение, гнев, то не обязательно они должны вылиться в физическое наказание.

**Пример:** «Меня ужасно раздражает, когда мой сын поет».

**Предложение:** используйте те приемы релаксации, которые вы знаете: глубокий вдох, счет до десяти, расслабление мышц.

### НА УРОВНЕ ДЕЙСТВИЙ

Если часто наказывать детей, то они могут привыкнуть реагировать только на физическое наказание.

**Пример:** ребенок толкается и возится до тех пор, пока его не отшлепают. Тогда он успокаивается.

**Предложение:** кроме физического наказания существуют другие меры дисциплинарного воздействия, которые вы не испробовали. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, отчего ваш ребенок ведет себя не так, как вам хочется? Возможно, ему просто не хватает вашего внимания. Побудьте с ним, расскажите сказку на ночь или почитайте книжку. Удивите ребенка, поступите не так, как всегда, и убедитесь в том, что ваш малыш слышит и понимает вас.

### ОЧЕНЬ ЧАСТО НАКАЗАНИЕ ВЫЗЫВАЕТ У ДЕТЕЙ НЕ РАСКАЯНИЕ И ЖЕЛАНИЕ ИСПРАВИТЬСЯ, А СОВСЕМ ДРУГИЕ ЧУВСТВА.

- Возмущение, обиду: Это не справедливо. Я не заслужил такого отношения».

- Мсть: «Они выиграли сейчас, но я с ними сквиताюсь».

- Протест: «Я сделаю им назло, пусть они поймут, что я имею право поступать по-своему».

- Изворотливость: «В следующий раз я постараюсь не попасться».

- Снижение самооценки: «Я плохой, я не могу решать сам за себя, за меня всегда должны решать другие».