

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

### НАКАЗАНИЕ или ПООЩРЕНИЕ

Причины наказания.

Во-первых, родители должны понимать, что система «поощрение-наказание» относится к основным инструментам воспитания. Психологи и педагоги допускают наказание и считают его использование необходимым. Во-вторых, наказание — это не синоним физического воздействия на ребенка. Детей необходимо наказывать правильно, чтобы не нанести вред их психическому развитию. В-третьих, наказание должно быть справедливым и заслуженным.

За что наказывают детей.

Наказывать детей можно в двух случаях. Во-первых, наказания заслуживает сознательное и намеренное нарушение известных ребенку правил. Во-вторых, в раннем детстве (приблизительно до 3-4 лет) детей необходимо наказывать за неосознанные поступки, угрожающие их физической безопасности.

Как правильно наказывать ребенка.

Наказывая ребенка, родители должны контролировать собственные эмоции. Не допускайте эмоциональных реакций, если ребенок вас раздражает. Это основное условие эффективного и безвредного для детей наказания. Следующие рекомендации психологов помогут вам наказывать детей правильно:

- 1) Постоянно объясняйте ребенку, какое поведение является недопустимым и заслуживает наказания. Это необходимо для того, чтобы малыш усваивал социальные нормы.
- 2) Поставьте ребенка в известность о способах наказания, с которыми он может столкнуться. Например, сообщите ему, что за незначительные проступки он будет лишен возможности смотреть телевизор и использовать компьютер. А серьезные нарушения лишат его возможности гулять на улице.
- 3) Объясняйте ребенку, за что вы его наказываете.
- 4) Не стремитесь подавить волю ребенка. В результате наказания ребенок должен осознать свою вину и извиниться. Часто для этого нужно дать ребенку какое-то время (обычно достаточно нескольких часов).
- 5) Добивайтесь от ребенка послушания, однако не стремитесь сделать это немедленно. Как наказать ребенка за непослушание? Объясните малышу неприемлемость его поведения и примените стандартное наказание,

например, заберите игровую приставку. Не давите на ребенка, дождитесь, когда он сам придет к вам и попросит прощения.

б) Используйте физическое наказание в исключительных случаях. Идеальный вариант — не использовать физические меры воздействия после 3-4 лет. Физическое наказание детей младшего возраста должно быть скорее символическим. Например, если маленький ребенок пытается перегрызть электрический провод, необходимо символически шлепнуть его по губам и повысить голос.

7) Не допускайте физического наказания, которое может навредить ребенку.

Как правильно выдвигать свои требования и запреты, чтобы они были услышаны и приняты к действию. Шейла Айберг предлагает следовать следующим правилам:

1) Не давайте косвенных, уклончивых указаний, пусть они будут ясными и прямыми. Ребенок сразу ясно понимает, что вы требуете от него именно послушания. Пример: прямое – сядь здесь, не прямое – не хотел ли бы ты здесь присесть?

2) Давайте отдельные и короткие указания, не давайте составных и сложных указаний. Ребенку проще следовать коротким, нежели огромным требованиям, которые могут казаться невыполнимыми. Пример: Короткое – положи книжки на полку. Сложное – уберись в своей комнате.

3) Давайте позитивные указания. Говорите ребенку, что ему делать, а не что ему не делать. Дети с негативизмом, настроенные оппозиционно по отношению к родителям, противятся указаниям, начинающимся с «прекрати», «не». Пример: негативное – прекрати качаться на стуле, позитивное – слезь со стула и подойди ко мне.

4) Давайте конкретные указания. Не давайте смутных и неясных указаний. Это позволяет ребенку понимать, что от него в точности ожидают, убирает замешательство и путаницу. Пример: смутное – веди себя прилично, конкретное – пожалуйста, говори тише.

5) Используйте нейтральный тон голоса, не умоляйте и не кричите. Это делает общение между вами и ребенком более приятным. Пример: Немедленно встань рядом со мной!!! или Ну, пожалуйста, мой хороший, подойди к мамочке, нейтральное – пожалуйста, подойди и встань рядом со мной.

б) Будьте вежливы и проявляйте уважение, продолжая при этом давать ясные и последовательные указания. Это с меньшей вероятностью вызовет непослушание у ребенка, настроенного по отношению к вам оппозиционно. Пример: передай мне соль, пожалуйста.

7) Используйте директивные указания только в том случае, если вы уверены, что ребенок сможет это выполнить. Нечестно будет наказывать за непослушание, если ребенок не в состоянии выполнить ваше требование. Пример: невыполнимое указание – нарисуй знак «стоп», выполнимое указание – нарисуй картинку.

8) Сделайте так, чтобы послушание и непослушание всегда приводило к одним и тем же последствиям. Это самый быстрый способ научить маленьких детей лучше слушаться. Послушание не должно восприниматься как подарок. Однако, его нужно отмечать. Также вы должны быть последовательны в обеспечении последствий того или иного плохого поведения ребенка. Оно всегда должно вызывать одни и те же ваши действия.

Поощрение.

Когда поощрения могут навредить ребенку.

Чтобы похвала и награда стимулировали развитие ребенка, убедитесь, что они не вредят вашим с ним отношениям.

1. Награды заставляют детей искать одобрения. Вместо того чтобы получать удовольствие от процесса творчества или получения знаний, они стараются произвести впечатление на других людей. Слушая же восклицания обожающих его бабушек: «Умница! Самый умный ребенок на свете!» – ребенок рискует стать эгоистом.

2. Когда подкупают вознаграждениями за «хорошее» поведение, то они скоро учатся понимать, как манипулировать родителями, играя ту роль, которую от них ждут. Они становятся послушными поверхностно, чтобы польстить взрослым или произвести на них впечатление. Честность же при этом страдает.

3. Не принижайте при похвале достоинства другого ребенка: «Твой рисунок в тысячу раз лучше, чем у Димы». Если малыш и будет соревноваться, то пусть он делает это только с самим собой, улучшая каждый раз свои результаты.

Как правильно поощрять ребенка.

1) Хвалите не самого ребенка, а его поступок. Если Вы хотите похвалить ребенка за убранные игрушки, не спешите говорить: «Какой ты молодец!», лучше скажите: «Комната после твоей уборки стала такой чистой. Так приятно теперь сюда заходить». Будьте уверены, он должным образом оценит ваши слова и постарается еще раз их заслужить.

2) Составляйте так свою похвалу, чтобы малыш сам мог сделать вывод о своих умениях.

3) Укажите ребенку на его собственные чувства при достижении результата. Вместо того чтобы хвалить ребенка или награждать за работу, научите его сосредотачиваться на том удовольствии, которое он получил от процесса выполнения. Когда вы видите, что малыш научился кататься на велосипеде, поддержите его: «Я вижу, тебе понравилось, что ты теперь едешь сам на велосипеде» или «Я рада, что у тебя это получилось. Ты выглядишь очень довольным собой!» Ну а в качестве закрепления навыков можно организовать велосипедную прогулку в парке.

4) Не стоит хвалить за естественные вещи. Если малыш совершил что-то полезное, например, сам оделся, убрал за собой посуду, не выражайте восхищенными восклицаниями удивление его социальными навыками. Хвалебные фразы: «Ты у меня такая умница!», «Надо же, ты смог помыть посуду!» – заставляют ребенка усомниться, что вы верите в его силы. Он должен понимать, что сам способен на многие поступки, без дополнительной и зачастую неуместной похвалы.

5) Не поощрять материально. Важно, чтобы ребенок ощущал удовольствие от процесса: счастье от помощи родителям, радость от новых знаний.