

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
Центр дополнительного образования детей Октябрьского района города  
Ростова-на-Дону**

**Психолого-педагогическая служба**  
Пер. Педагогический, 24, каб. 305, тел. 245-50-52

## **КАК ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЁНКА БЕЗ ФИЗИЧЕСКОГО НАКАЗАНИЯ**

\* **СОБЛЮДАТЬ ГРАНИЦЫ ДОЗВОЛЕННОГО.** Всё, что нужно непослушному ребёнку, это чёткое и однозначное осуждение его поступка.

\* **УСТАНОВИТЬ ПРАВИЛА.** Наказание будет справедливым, если мы заранее установили правила поведения, и ребёнок знает о них.

\* **НЕ ЛИШАТЬ ЛЮБВИ.** Даже когда мы его наказываем, ребёнок должен быть уверен, что он по-прежнему любим: плохой для нас не он сам, а его поступок

## **МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ КОНФЛИКТА**

Подчас взрослому нелегко сдержаться, чтобы не поднять руку на ребёнка. Многие родители, легко раздают шлепки и подзатыльники, просто так, не задумываясь, по привычке.

Что к этому приводит?

### **СИТУАЦИЯ – МЫСЛИ – ЧУВСТВА – ДЕЙСТВИЯ родителей**

#### **❖ СИТУАЦИИ, ПРИЧИНЫ**

Поведение ребёнка, которое может привести к физическому наказанию:

- не слушается, дерётся, ведёт себя вызывающе;
- врёт;
- ворует;
- не выполняет домашних обязанностей;
- ломает игрушки, портит вещи;
- капризничает во время еды, при отходе ко сну;
- надоедает, пристаёт, требует;
- делает всё медленно;
- плохо учится;
- ноет, хнычет.

#### **❖ МЫСЛИ**

Родители уверены, что они всегда знают, как их ребёнок должен себя вести в данный момент. Часто у родителей есть образ «идеального ребёнка»,

с которым они сравнивают своего реального. Они не учитывают, что ребёнок может быть счастливым только будучи самим собой, а не таким, каким они себе его воображают. Неправильные представления о том, каким должен быть ребёнок, завышенные требования к нему очень часто ведут к неправильным реакциям на поведение своего, а не идеального ребёнка.

### ❖ ЧУВСТВА

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

### ❖ ДЕЙСТВИЯ

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

## **ЭТУ ЦЕПЬ РОДИТЕЛИ МОГУТ ПРЕРВАТЬ НА ЛЮБОМ ЭТАПЕ**

### **✓ НА УРОВНЕ СИТУАЦИИ**

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

Пример: ребёнок постоянно обращается с требованиями, просьбами, не даёт родителям поговорить друг с другом.

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

### **✓ НА УРОВНЕ МЫСЛЕЙ И ОБРАЗОВ**

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

Пример: отец шлёпает свою двухлетнюю дочь, чтобы «научить её не выбегать на шумную улицу».

Предложение: присматривайте за малышкой в опасных ситуациях, пока она не достигнет возраста шести – семи лет, когда она сможет оценить степень опасности.

И дети, и взрослые лгут, когда чувствуют себя загнанными в угол, чтобы избежать наказания из страха быть отвергнутыми.

Пример: ребёнок обманывает.

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

### ✓ НА УРОВНЕ ЧУВСТВ

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

Пример: «меня ужасно раздражает, когда мой сын поёт».

Предложение: используйте те приёмы релаксации, которые вы знаете: глубокий вдох, счёт до десяти, расслабление мышц.

### ✓ НА УРОВНЕ ДЕЙСТВИЙ

- ✓ Если часто наказывать детей, то они могут привыкнуть реагировать только на физическое наказание.
- ✓ Пример: ребёнок толкается и возится до тех пор, пока его не отшлёпают.
- ✓ Предложение: кроме физического наказания существуют другие меры дисциплинарного воздействия, которые вы не испробовали. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, отчего ваш ребёнок ведёт себя не так, как вам хочется? Возможно, ему просто не хватает вашего внимания. Побудьте с ним, расскажите сказку на ночь, почитайте книжку. Удивите ребёнка, поступите не так, как всегда, 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 сквитаюсь».
- 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».

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

- **ЭТО В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ УДАР**, сам по себе достойный осуждения.
- **ЭТО ПРИЗНАНИЕ СВОЕЙ СЛАБОСТИ**: родитель не мог совладать с собой, и это роняет его авторитет в глазах ребёнка. Ребёнок делает вывод, что своими провокациями он может взять верх над взрослым.

- **ЭТО ДЕЛАЕТ НАСИЛИЕ ЧЕМ-ТО ОБЫЧНЫМ:** взрослый даёт понять, что физическая сила – единственное безотказное средство решения конфликта. Есть опасность, что ребёнок усвоит это правило и в свою очередь станет выбирать формы поведения, связанные с насилием.
- **ЭТО УНИЗИТЕЛЬНО:** ребёнок чувствует себя недостаточно любимым, он всё хуже и хуже ведёт себя... и получает новые шлепки. Этот порочный круг побуждает и ту, и другую сторону ко всё большему насилию и препятствует формированию у ребёнка самоуважения.
- **ЭТО НЕЭФФЕКТИВНО:** если ребёнок 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, а наоборот, они провоцируют следующий кризис в отношениях. Под влиянием эмоций самый принципиальный может ударить ребёнка. Спустя время, когда кризис миновал, объясните: «Я не хотел этого делать, но твоё поведение (слова, поступок) вывело меня из себя». Эта фраза покажет ребёнку, что вы понимаете бессмысленность физического наказания. И, возможно, станет первым шагом к 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 ребёнка, который думает, что его не любят и даже ненавидят. Итак, 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-за неё рождаются драки, убийства, терроризм. Принятое дома агрессивное поведение формирует маленького человека и подталкивает в его пользу насилия, когда он не знает, как ещё можно поступить.

Если вы не понимаете причин неправильного поведения ребёнка, обратитесь за разъяснениями к специалистам.