

## НАКАЗАНИЕ СПРАВЕДЛИВОЕ И ДЕЙСТВЕННОЕ



Обязательно объясняйте детям, за какой поступок они наказаны и почему. Ребенок доверяет вам и верит в вашу справедливость. Если у него остаются какие-либо сомнения относительно того, за что же его наказали, то это может подорвать ваш авторитет. В то же время мне хотелось бы удержать вас от излишнего морализирования. Если по каждому поводу вы будете читать ребенку многочасовую лекцию, то он просто сочтет вас занудой.

**ВНИМАНИЕ!** Постарайтесь не забывать о том, что пример родителей очень важен для ребенка. Если вы учите его одному, а сами делаете противоположное, не стоит ждать от него выполнения ваших требований.

Известный психолог Алан Фром в книге «Азбука для родителей» перечисляет некоторые опасности, которые всегда таятся там, где применяются наказания:

1. Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преобразует его. Один поступок заменяется другим, по-прежнему остающимся неправильным, еще более вредным для психического здоровья ребенка.
2. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отвергнутым и нередко начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.
3. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям, и это породит в его сознании чудовищную дилемму. С одной стороны, родители — взрослые, против них восставать никак невозможно, с другой — он еще слишком зависит от них, чтобы извлекать пользу от своей вражды, не говоря уже о том, что он все-таки любит своих родителей. И едва в нем объединятся эти два чувства — любовь и ненависть, — как сразу же возникнет конфликт.
4. Частые наказания так или иначе побуждают ребенка оставаться инфантильным. Обычно его наказывают за какую-нибудь ребяческую проделку. Например, за то, что он намочил или испачкал штаны, напроказил, и прежде всего за недозволенное, чего делать нельзя. Но желание достичь запретного не пропадает, и ребенок решает, что, пожалуй, не стоит от

него отказываться, если можно расплатиться всего лишь наказанием. То есть он может делать все, что захочет, а, рассердив родителей, терпит наказание, чтобы расплатиться, очистить совесть и продолжать поступать в том же духе — и так до бесконечности.

5. Наказание может помочь ребенку привлечь к себе внимание родителей. Детям нужна прежде всего родительская любовь, но, не получая ее, они часто согласны на такую жалкую ее имитацию, как простое внимание. А привлечь внимание родителей порой гораздо легче, делая какие-нибудь глупости, чем оставаясь все время добрым и послушным.

**ВНИМАНИЕ!** Никогда не наказывайте ребенка в порыве ярости. Наказание всегда должно следовать за проступком, но никогда не должно превышать степени проступка.

К сожалению, в жизни встречаются ситуации, когда родители, которые в принципе против физических наказаний, срываются, бьют детей. Но неизвестно, для кого это становится большей трагедией. Для ребенка или же для взрослого, который в этом случае теряет уважение к себе.

В одной популярной телепередаче писательница Мария Арбатова рассказывала о таком случае из своей жизни. Ее дети ушли из дома с утра, а появились поздно вечером, когда она уже всех знакомых на ноги подняла, все соответствующие инстанции обзвонила. И Арбатова в сердцах их выдрала. Но потом испытывала жгучее раскаяние, готова была в суд на себя подать за то, что нарушила права человека, права собственных детей. А один из сыновей, к моменту передачи ставший уже солидным юношей, с удивлением сказал: «Мам, да я и забыл об этом».

**ВНИМАНИЕ!** Если вы наказали ребенка, не сдержавшись, под горячую руку, не стесняйтесь попросить у него прощения! Это только поднимет ваш авторитет. И особенно это касается тех ситуаций, когда вы знаете, что были не правы. Не откладывая ни на секунду, объясните ребенку, что произошло.

Но для этой рекомендации есть одно очень важное предостережение. Некоторые родители начинают злоупотреблять подобным поведением. То есть наказывать сгоряча, а затем бурно мириться. Это свойственно вспыльчивым, истеричным людям. Примирение создает иллюзию взаимопонимания, но, к сожалению, еще больше расшатывает нервы родителям и детям. Ребенок опять-таки быстро адаптируется и начинает использовать эту ситуацию для своей выгоды. Например, использует момент примирения, чтобы добиться того, что в обычной ситуации ему не разрешат.

И еще один важный аспект. Наказание должно быть индивидуальным, то есть учитывать психологические особенности ребенка. Не стоит рассчитывать на то, что даже в границах одной семьи наказание окажется одинаково действенным и справедливым для младшего и старшего ребенка. То, что подходит для старшего, может оказаться для младшего непонятно и, следовательно, несправедливо.

Однажды ко мне обратилась за советом мать двоих детей (мальчики — 3,5 и 4,5 года): «Что мне делать? Если дети совершают один и тот же проступок, я их наказываю — запрещаю смотреть любимые мультфильмы. Но при этом один переносит это спокойно и с

пониманием вины, быстро отвлекается, находит себе другое занятие, а другой начинает плакать, кричать, требовать и не успокаивается иногда несколько часов подряд».

Что можно посоветовать в этой ситуации? Подбирать наказания индивидуально, но так, чтобы это различие не становилось дополнительной обидой для детей. Для одного ребенка наказание лишением мультиков, вероятно, было достаточным. Мальчик осознал проступок, и то, что он занимается чем-то другим, не должно вводить родителей в заблуждение относительно слишком мягкого наказания. Не забывайте, что ваша цель — не обидеть ребенка, а только обозначить его неправильный поступок.

Всем когда-нибудь приходится наказывать своих детей, даже тем, кто считает, что этого делать нельзя. Поначалу может показаться, будто мы прибегаем к наказаниям, чтобы заставить детей повиноваться и исправиться, но, если разобраться, по существу, мы чаще всего проявляем таким способом наше нетерпение и наш гнев.

Ваш ребенок уже самостоятельная личность. И неважно, сделал он первые шаги или сдал выпускные экзамены. И в том и в другом случае он имеет право на собственные ошибки, собственный жизненный опыт. «Естественное следствие непослушания — это один из видов наказания, исходящий из самой жизни, и тем более ценный...» — пишет Ю.Б. Гипенрейтер. Этот метод был очень популярен и в семье Никитиных. Они рекомендуют родителям в минимальном, но все же ощутимом размере дать ребенку на собственном опыте убедиться, что иголка острая, а утюг горячий. Конечно, такой метод невозможно применять относительно всех существующих запретов. Но в ряде случаев он очень хорошо действует. Его преимущество в том, что ребенок учится приобретать негативный опыт без обид, непосредственно запоминая и делая выводы о сути некоторых опасных вещей и явлений. И в такой ситуации не проявляется феномен «запретного плода», когда то, что родители запрещают, только усиливает любопытство ребенка. Кроме того, у ребенка развивается сфера произвольности. Он сам совершает поступки и сам несет ответственность за их последствия.

**ВНИМАНИЕ!** Если ваш ребенок столкнулся с естественным следствием непослушания, ни в коем случае не «злорадствуйте»: «Я так и знала!», «Вот, я же тебе говорил!» Всегда старайтесь быть опорой для ребенка, найти слова утешения и поддержки.

И в заключение хотелось бы напомнить, что родители должны воспитывать не только детей, но и самих себя. Какими же надо быть взрослым, чтобы не провоцировать своего ребенка на еще большее непослушание:

- Быть терпеливыми. Это самая большая добродетель, какая может быть у родителей.
- Уметь объяснять ребенку, ПОЧЕМУ его поведение неправильно, но при этом избегать занудства, быть предельно краткими.
- Уметь отвлечь, предложить ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему сейчас хочется.
- Не торопиться с наказаниями.

- Уметь выражать благодарность ребенку за те хорошие поступки, которые он совершает. Награждайте его. Награды более эффективны, чем наказания. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нем желание поступать так и дальше, чтобы еще раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится больше времени, таким образом вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесет наказание.