Как правильно наказывать ребёнка: 10 важных правил

воспитатель группы «Почемучки»
Гумбетова Румина Асланхановна

Один из вечных вопросов родителей, повод для тревог и переживаний, жарких дискуссий и споров — наказывать детей или нет? И если всё-таки да, то как делать это правильно, так, чтобы не причинить вред неустойчивой детской психике? А если не наказывать, то где гарантии, что ребёнок не вырастет избалованным эгоистом, готовым в любой момент сесть на шею мягкосердечным родителям и превратиться в настоящего мучителя?

Одни родители, считают, что ребёнок — источник грехов и пороков, наказывать его надо обязательно, применяя физическую силу, не жалея, иначе ничего путного из него не вырастет. Как правило, они защищают свою позицию тем, что «нас в детстве били, и мы хорошими людьми выросли», приводя в пример тех, кто вырос «не очень», значит, скорее всего, «мало били». Смысл такой модели воспитания — подчинить волю ребёнка себе, «чтобы глупостей не натворил».

Другая крайность — избегать любых наказаний, оправдывая это тем, что ребенок «маленький, он просто не понимает, что делает, он не специально, с ним просто нужно уметь договариваться» и так далее. Таким образом, родители, сами того не замечая, снимают ответственность со своего ребёнка. Эта модель получила распространение в связи с ростом «ценности ребёнка» и отрицает саму идею семейной иерархии.

На самом деле, ни первый ни второй вариант не допустимы. Применять физическое и моральное насилие (угрожать, не разговаривать, шантажировать, кричать) к ребёнку нельзя ни в коем случае. Конечно, бывают такие случаи, когда родитель под

воздействием эмоций теряет контроль и может шлёпнуть или повысить голос, но намеренно заставлять ребёнка испытывать страдания — значит не оставить ему шанса на развитие таких чувств как сострадание, сожаление, не дать ему возможности осознать, что он важен и дорог.

Оставляют ребёнка совсем безнаказанным чаще всего родители, которые боятся его обидеть, причинить ему вред, возможно, пасуют перед детскими истериками и гневом, стараясь любыми способами минимизировать их проявления, либо в случае педагогической запущенности, когда уже просто нет сил воспитывать и проще разрешить делать всё, что угодно, чем пытаться изменить поведение малыша.

Чтобы разобраться в том, как можно наказывать ребёнка так, чтобы это имело смысл, нужно понять, что такое наказание, в чём его назначение? Чего мы — родители — хотим добиться, наказывая своих детей?

Этимологически слово «наказание» происходит от глагола «казать» — то есть наставлять, показывать. Тогда логично, что «наказание» — это нечто, что мы используем для того, чтобы направить ребенка на правильный путь, очертить для него границы дозволенного. Как правило, наказывая, мы хотим самого лучшего для своих детей — чтобы они поняли, что такое хорошо и что такое плохо, выросли «настоящими», «достойными» людьми, не допустили в своей жизни неисправимых ошибок, стали лучше нас.

Тогда следующий вопрос: каким должно быть наказание, чтобы ребенок действительно осознал, что он поступил неверно, извлек из случившегося урок и усвоил полученный опыт? Достигнем ли мы этих высоких целей, воспитывая ребенка с помощью кнута и пряника? Конечно же нет. Единственное, чему мы сможем научить такими методами — бояться наказаний и родителей, стараться заслужить поощрение, награду — и всё это, не особо задумываясь о случившемся.

Для того, чтобы наказания принесли пользу, а не становились просто способом разрядки расстроенного, уставшего, беспомощного родителя, нужно соблюдать следующие правила:

1. Главное правило вытекает из базовой потребности, которая есть у каждого ребёнка — потребности в привязанности. Родитель для ребёнка, прежде всего, источник защиты, детям нужна забота сильного и ответственного взрослого, который априори находится выше и доминирует, но не для того, чтобы подчинять и угнетать, а для того, чтобы помогать и защищать. Когда безопасная привязанность сформирована, между ребёнком и родителем устанавливается очень тесная связь, которая сильно упрощает взаимодействие и делает малыша послушным. Наказывая ребёнка, важно сохранять к нему уважительное отношение.
2. Для того, чтобы урок был усвоен, ребёнок, в первую очередь, должен понять, осознать, в чём он не прав, прочувствовать последствия своего проступка. И эти последствия — не ремень или крик разгневанного родителя, не лишение сладкого или запрет выходить из дома. Это что-то, что непосредственно вытекает из содеянного. Например, кричишь и плачешь на площадке или в магазине — мне очень жаль, но это настолько портит моё настроение, что сейчас я не хочу больше продолжать прогулку и нам придется вернуться домой. Если ты обидел кого-то и не извинился, то с тобой больше не захотят играть. Суть такого метода в том, что на каждый свой поступок ребёнок получает ответ от самой жизни. Это помогает ему обрести ориентацию в том, как устроен мир. Именно такая тактика учит детей в дальнейшем предвидеть последствия своих действий, почувствовать сожаление из-за того, что получилось плохо.
3. У ребёнка ни при каких обстоятельствах не должно возникать сомнения в том, что родители любят его таким, какой он есть. Он должен понимать, что его будут принимать независимо от его поступков. Именно поэтому наказывая, важно сфокусироваться на проступке, а не на личностных особенностях ребёнка. Если, например, малыш, играя с едой, разлил суп, не стоит говорить ему, что он «растяпа» — достаточно просто объяснить, чем его поступок плох и для закрепления полученного опыта предложить ему тряпку для уборки.
4. Наказывая малыша, стоит сосредоточиться на том, чтобы остаться во взрослой позиции. Если в момент разговора с ребёнком родитель чувствует раздражение или отчаяние, это значит, что из позиции взрослого его выбило. Это часто

случается, когда детские слёзы, капризы и истерики пробуждает в нас внутреннего ребёнка — тогда мы становимся беспомощны. В этом случае стоит задать себе вопрос «Сколько мне сейчас лет?», отойти в сторону, немного остыть и только после этого возвращаться к разговору. Например, в ситуации, когда ребёнок отказывается выключать телевизор, но большое количество мультиков ему определённо не идет на пользу, мама из взрослой позиции может сказать так: «Мне очень жаль, но я не могу разрешить тебе посмотреть второй мультик, потому что если ты смотришь два подряд, то потом у тебя бывает истерика, и настроение у всех портится».

5. Быть последовательными, постоянным и предсказуемым в своих требованиях и реакциях. Это значит, что внутри семьи должна существовать некая единая концепция того, что можно, что нельзя, что такое хорошо, а что такое плохо. Ребёнок должен быть посвящён в нюансы этой концепции и твёрдо знать, за что его могут наказать. При этом способ реагирования родителей не должен зависеть от настроения, погоды за окном и времени года. Например, если мама в хорошем настроении просит ребенка выключить телевизор, а он начинает капризничать и не выключает, она, улыбаясь, разрешает ему продолжить. Но в той же ситуации, если у мамы настроение плохое — она начинает скандалить, кричать и скорее всего накажет малыша. При таком положении дел ребёнок просто не в состоянии усвоить, что ему можно делать, а что нельзя.
6. Очень важно в разговоре с ребёнком о плохом поведении использовать так называемый «временный» язык, а не постоянный. Например, «ты только что сломал игрушку, теперь тебе придется некоторое время поиграть без нее», вместо того чтобы сказать «ты всегда все ломаешь! Больше я тебе игрушки никогда покупать не буду». Используя такие слова как «никогда, ни за что, никому», вы рискуете не выполнить данное обещание и потерять доверие.
7. Наказание должно соответствовать возрасту ребёнка. Бесполезно пытаться что-то объяснить и читать лекции двухлетнему малышу, потому что он просто на просто не способен усвоить то, о чем вы ему говорите и не может концентрировать произвольное внимание дольше пяти минут. Точно так же не имеет смысла в качестве наказания запрещать есть сладкое подростку.
8. Наказание должно быть справедливым и соответствовать серьёзности поступка.
9. Ни в коем случае нельзя пугать и запугивать ребёнка — это верный способ научить его врать и выкручиваться.
10. Всегда, при любых обстоятельствах помните о самой большой ценности, которая у нас есть — о душевной связи с ребёнком. Ведь, если задуматься, становится очевидным, что ни один испорченный диван или лишние 30 минут у компьютера или потерянный телефон не стоят того, чтобы эту связь надорвать, омрачив образ внутреннего родителя, который каждый из нас слышит где-то в душе, когда так нужна защита, поддержка, любовь и принятие.