

«Поощрение и наказание ребёнка в семье»

Взрослые используют несколько способов контроля поведения ребенка:

- *Негативные способы: наказания, запреты, окрики, приказы, замечания;*
- *Позитивные способы: просьба, похвала, поощрение, модификация поведения.*

Какой же из этих способов эффективней?

Без применения запретов и замечаний воспитывать ребенка практически невозможно. Смысл замечания заключается в том, чтобы вовремя пресечь недопустимое поведение и предложить ребенку более конструктивные способы выхода из сложившейся ситуации. Но для того, чтобы запреты, требования и замечания взрослых подействовали на ребенка, они должны быть им услышаны и приняты к действию. Как правильно выдвигать свои требования и запреты?

Психологи предлагают следовать следующим правилам:

Требования и запреты

1. *Требований и запретов не должно быть слишком много.* Наличие большого количества ограничений и запретов ведёт к развитию у ребенка безволия и нерешительности.

2. *Требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.* Например, вы не должны ограничивать потребность ребенка в движении или его исследовательские интересы только потому, что боитесь, что он что-нибудь разобьет. Лучше создать для него безопасные условия. Например, исследовать лужи можно только в резиновых сапогах. Даже бросать камни в цель можно, если позаботиться при этом, чтобы никто не пострадал.

3. *Не давайте смутных, неясных и уклончивых указаний.* Все требования, обращенные к ребенку должны быть конкретными. Это позволит ему лучше понять, чего от него хотят. Пример: смутное требование – «веди себя прилично», конкретное – «пожалуйста говори тише». Уклончивое требование – «иди сядь», конкретное – «сядь рядом со мной».

4. *Давайте короткие и четкие указания.* Ребенку проще следовать коротким, нежели огромным требованиям, которые могут казаться невыполнимыми. Пример: короткое требование – «положи книжки на полку», сложное – «уберись в комнате».

5. *Давайте позитивные указания.* Говорите ребенку, что ему делать, а не что ему не делать. Дети негативно относятся к требованиям, начинающихся со слов «прекрати», «не». Пример: негативное требование – «прекрати качаться на стуле», позитивное – «слезь со стула и подойди ко мне».

6. *Проявляйте уважение, не унижайте ребенка.* Произносите требования нейтральным тоном. Не умоляйте и не кричите. Требования и запреты, данные в сердитой или властной форме, воспринимаются вдвойне тяжелее.

7. *Давайте ребенку только те указания, которые он сможет выполнить.* Нечестно будет наказывать за непослушание, если ребенок не в состоянии выполнить ваши требования.

8. *Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы родителями между собой.*

Наказания:

Наказания помогают добиться желаемого и дисциплинируют ребенка, но не следует ими злоупотреблять. Поскольку любое наказание вызывает у ребенка негативные эмоциональные переживания и гнев. Подавляемый гнев может перерасти в пассивно-

агрессивные формы поведения. В этом случае, ребенок может начать действовать исподтишка, специально делать что-нибудь, либо назло.

К чему это может привести?

- к ухудшению взаимоотношений между родителями и ребенком;
- постоянное ожидание наказания может подавить проявление инициативы у ребенка; он будет бояться самостоятельно принимать решения и браться за новое дело, так как у него будет преобладать мотивация «избегания неудач», а не «достижения успеха».

Поэтому наказывать ребенка можно лишь в крайних случаях, используя при этом конструктивные формы наказания:

1.Используйте «Естественное наказание».

Оно представляет собой отказ от помощи ребенку в ситуации непослушания. Пример: когда ребенок, сидя за столом, балуется со стаканом сока, и, в конце концов, его проливает, не спешите бросаться на помощь. Предложите ему взять тряпку и самому вытереть сок, а затем переодеться. Таким образом, он на личном примере усвоит, почему именно с чашками, тарелками и их содержимым нужно обращаться аккуратно. Постепенно ребенок сам научится устанавливать причинно-следственные связи между своими поступками и их результатами.

2.Наказание должно быть справедливым.

В этом случае самооценка ребенка не пострадает, а наказание принесет реальную пользу. Пример: если он разлил воду на полу, потому что хотел полить цветы, но не удержал в руках тяжелую бутылку – это не повод для наказания, а для покупки маленькой лейки. А вот если ребенок сознательно совершает какое-то действие, которое ему запрещено, то это можно рассматривать как повод для наказания.

3.Соблюдайте последовательность.

Наказание принесет пользу и не причинит вреда в том случае, когда оно закономерно, а не случайно. Поэтому важно, чтобы запреты и наказания оговаривались заранее, а не тогда, когда проступок уже совершен. Ребенок должен знать, как и за что он может быть наказан. Он будет чувствовать себя увереннее, зная, что ему можно, а что – нельзя. А вот наказывать ребенка за то, что он нарушил ему неизвестное правило, бессмысленно и несправедливо. Необходимо объяснить ему, что он поступил неправильно.

4.Наказание должно применяться сразу после совершения проступка, а не спустя какое-то время после него.

Ребенок должен увидеть и оценить результаты своего проступка сразу же, иначе сложившаяся ситуация потеряет смысл и никаких полезных выводов он не сделает.

5.Подход к наказанию должен быть разумным.

Наказание должно содержать в себе какие-то возможности для обучения, овладения позитивными навыками. Желательно, чтобы оно было логически связано с проступком. Пример: нет смысла в качестве наказания оставлять ребенка без прогулки, если вместо нее он будет разбрасывать игрушки.

6.Необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка.

Пример: если у вас гиперактивный ребенок, то дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков и нотаций не приведут к улучшению поведения, а, наоборот, ухудшат его. С такими детьми нужно общаться мягко и спокойно.

Ребенка ни в коем случае нельзя наказывать:

- Когда он болеет;

- Перед сном и сразу после сна;
- Во время еды (ребенок буквально «проглатывает» негативные сигналы, это может привести к развитию психоматических заболеваний)
- Непосредственно после душевной или физической травмы;
- Когда ребенок старается что-то сделать, но у него не получается;
- Когда сам взрослый находится в плохом настроении.
- Ни в коем случае нельзя применять физические наказания, поскольку они отрицательно сказываются на личности ребенка, способствуя возникновению нежелательных черт характера.

Похвала и поощрения:

В процессе воспитания ребенка необходимо использовать похвалу и поощрение. Психологами доказано, что положительное подкрепление гораздо эффективнее отрицательного, так как оно сразу формирует необходимое поведение, а похвала помогает ребенку приобрести уверенность в себе. В качестве положительного подкрепления для ребенка может выступать: внимание и ласка со стороны взрослого, похвала, положительные эмоции, которые малыш получает.

Как правильно хвалить ребенка?

1. Не следует хвалить ребенка за то, что ему дается легко (за то, что дано ему природой).

2. Вредно захваливать ребенка без всякой необходимости и неискренне. Это обесценивает похвалу. Повторение похвалы без необходимости действует как наркотик: ребенок привыкает к ней и ждет ее. Это может привести к развитию эгоизма и чувства превосходства над другими.

3. Похвала и поощрение должны производиться вовремя. Они не должны как запаздывать, так и даваться слишком быстро. Похвала, данная вовремя, приведет к концентрации усилий, а запоздалое подкрепление не будет иметь должного эффекта.

4. Важно хвалить конкретный поступок ребенка, а не его личность в целом. Иначе можно сформировать у него завышенную самооценку и эгоизм. Если в дальнейшей жизни ребенок столкнется с тем, что окружающие не столь высоко ценят его, как он сам о себе мнит, то это может привести к неврозу.

5. Нельзя ставить одного ребенка в пример другому. Ругая одного и хваля другого, вы тем самым навязываете его пример первому, противопоставляете их друг другу. Противопоставление детей друг другу, может вызвать у них негативизм, нездоровое соперничество, отказ от тех видов деятельности, которые не гарантируют успеха.

Будьте мудрыми и терпеливыми в воспитании своих детей, проявляйте к ним свою любовь и заботу, почаще хвалите их.

Желаю вам успеха!