

Кнут и пряник. Как воспитывать детей

Статьи / Детская психология

Как часто вы хвалите или наказываете своего ребенка? Какие методы наказания и поощрения приходится выбирать? Как наказывать, чтобы не перегнуть палку и поощрять без вседозволенности? Как понять эту меру и где родителям найти золотую середину, чтобы ребенок вырос гармоничной личностью?

Надо помнить, что любое наказание должно быть конструктивным и обоснованным. Оно не должно унижать ребенка, причинять психологический или физический вред.

Итак, рассмотрим некоторые приемлемые методы наказаний:

- Ограничить доступ к любимым вещам и делам. Например, пока ребенок не выполнит домашнее задание, об игре на компьютере не может быть и речи. Встретиться с подругами и друзьями получится только после того, как в комнате будет полный порядок. После выполнения условий, ребенку можно позволить играть, общаться или заниматься любимым делом.

- Не потакать во всем. Родители могут игнорировать просьбы и желания ребенка, если их невозможно выполнить здесь и сейчас. Когда вы заходите в магазин и в отделе игрушек или сладостей ребенок хочет всё и сразу, следует не замечать его мольбы. Дитё может и будет вами манипулировать, закатывать истерики. Ваша задача объяснить, что сейчас у вас нет денег на эту игрушку, да и зачем она ему, если с предыдущими похожими он не играет. Конечно, здесь надо учитывать

- Выполнение ребенком других обязательств. Можно с помощью лояльного наказания приучить его к порядку и выполнению своих обязанностей. Например, обещал прийти домой сразу после школы, а не провожать всех одноклассников в округе, но, уже в который раз, задержался. В этом случае можно попросить мальчика всякий раз, когда он не приходит вовремя домой, отжиматься или подтягиваться. Физическая нагрузка пойдет на пользу. Девочку можно попросить вымыть посуду после семейного ужина. Пусть это будет сделано в шуточной форме. Родители – не тираны, но и дети должны знать, что за невыполнение обязанностей приходится платить.

- Сразу наказывать за проступок. Наказание должно быть одно и за что-то конкретное, а не за все проступки с прошлой недели или месяца. Наказание не должно быть цикличным, родителям не надо постоянно напоминать ребенку о провинности. Провинился – наказали.

Регулировать поведение ребенка нужно не только кнутом, но и пряником:

- Дарить тепло и нежность. Родители лучше всех чувствуют и понимают ребенка, поэтому будьте в контакте с ним. Вы подбадриваете ребенка, целуете и обнимаете его, говорите добрые и важные слова, хвалите и ставите в пример. Ведь поощрение может быть не только материальным.

- Смысл в поощрении. Ребенок помог пожилому человеку донести сумку до подъезда, или открыл дверь и пропустил вперед, или собрал все игрушки после игры. Умница! Надо закрепить это хорошее поведение, чтобы он снова поступал также. Можете так объяснить правильность его поступка: «Бабушка старенькая, ей тяжело идти, а ты помог ей, как настоящий джентльмен. Какой же ты молодец!» Или так: «Смотри, ты сама, без напоминания, собрала игрушки в коробку, теперь в твоей комнате чисто».

- Вознаграждайте для изменений! Отмечайте, как важна помощь сына, который помог папе навести порядок в инструментах, а дочка в том, что она помогла маме развесить белье. У ребенка сформируется навык, что помогать хорошо и полезно. Он приучится быть более самостоятельным и лучше подготовится к будущей взрослой жизни.

- «Если..., то». Часто, родители награждают за что-то, и ребенок без поощрения, уже не выполняет свои обязанности. Как-то ко мне обратилась за консультацией одна мама. Она жаловалась, что ребенок не воспринимал ее указания, а выполнял всё, что просила бабушка. Изучив детально ситуацию, мы выяснили, что ребенок манипулировал бабушкой. Всякий раз, приходя в гости, она приносила сладости, и он радовался встрече только из-за постоянных гостинцев. Если бабушка приходила с пустыми руками, мог не открыть ей

дверь, спросив сначала, принесла ли она что-нибудь вкусное. Так мама и бабушка, злоупотребляя поощрением, попали в ловушку. Подарки не должны быть постоянными, иначе потеряется их ценность, они перестанут приносить радость.

Будьте чуткими к ребенку, прислушивайтесь к его потребностям и желаниям, в каждом случае ищите оптимальные и справедливые способы поощрения и наказания.

Елена Осадчая, психолог