

## "Воспитание детей без насилия" Урок для родителей № 2



Югорск

Порой родителям кажется, что неправильный поступок ребенка требует определенной реакции с их стороны, раз уж предварительные предупреждения оказались неэффективными. Родители считают, что наказание за дурной поступок может научить ребенка чему-то хорошему и изменить его поведение к лучшему.

Иногда это действительно так. Но только при одном условии – если ваша реакция связана по смыслу с проступком и имеет воспитательное значение.

Наказание допустимо и оправдано, если оно логически вытекает из поступков ребенка. Это – основной принцип, которым вы должны руководствоваться, применяя наказание. Оно должно быть разумным и прямо связанным с содержанием проступка, если вы действительно хотите научить ребенка, как следует себя вести.

Чтобы найти наказание, логически соответствующее поступку ребенка, необходимо задать себе вопрос: "Что произойдет, если я не буду вмешиваться в ход событий? Как надо действовать, чтобы ребенок понял, какого поведения от него ждут?"

Прежде всего, ребенку надо объяснить отрицательную сторону им содеянного. И объяснить так, чтобы, несмотря на возраст, он это понял и сделал верные выводы. Существует множество методов, с помощью которых можно воспитать в детях чувство ответственности и послушание, научить их управлять своими поступками, не прибегая при этом к телесным наказаниям.

- хвалите детей за хорошее поведение подобно тому, как вы указываете на их ошибки и отрицательное поведение. Поощрение закрепит в их сознании представление о правильном действии;
- старайтесь похвалить ребенка за любое изменение к лучшему в его поведении, даже если оно весьма незначительно;

- помните, что достаточно часто прибегая к поощрению, вы способствуете развитию у ребенка уверенности в себе;
- старайтесь научить ребенка осознать и исправить неправильный поступок;
- полезно высказать свое отношение к неподобающему поведению ребенка ясно и недвусмысленно;
- разговаривайте с детьми в тоне уважения и сотрудничества;
- вовлекайте ребенка в процесс принятия решения;
- старайтесь избегать пустых угроз;
- помните, что вы являетесь для ребенка образцом правильного поведения;
- желательно, чтобы дети имели возможность выразить свое недовольство или даже возмущение, когда они должны подчиниться правилам, которые им не по вкусу;
- воздерживайтесь от шлепков, криков, угроз и оскорблений – они могут только усилить в ваших детях неприязнь, ненависть и чувство протеста;
- старайтесь не выражать предпочтение одному из детей;
- нельзя ожидать от ребенка выполнения того, что он не в состоянии сделать;
- воздерживайтесь от заявлений, что ребенок ни к чему не пригоден, от грубости в стиле "гадкий, злой, бестолковый" и т.п.; оценивайте сам поступок, а не того, кто его совершил;
- используйте любую возможность, чтобы выказать ребенку свою любовь.

### Что делать, если ребенок заупрямился?

Надо помочь ребенку понять, что произошло, установить с ним контакт, решать проблему с учетом его мнения, а точнее – предоставить ему возможность принять и решение, и ответственность за него.

### Как это сделать?

- Постарайтесь понять, что скрывается за поведением ребенка и что он пытается им выразить.

- Прислушайтесь к его словам. Вникните в проблему, о которой он говорит.

- Предложите ребенку придумать как можно больше вариантов разрешения этой проблемы (даже если некоторые из них окажутся совершенно фантастическими).

- Попросите ребенка оценить преимущества и недостатки каждого из вариантов.

- Обсудите их вместе с ребенком и позвольте ему самостоятельно решить, какой из вариантов предпочтительнее.

- Попросите ребенка представить себе возможные последствия варианта, который кажется ему самым удачным.

- Когда ребенок выполнит свое решение, дайте оценку тому, что получилось.

Помните, что такая совместная деятельность укрепляет в ребенке веру в то, что он может самостоятельно справиться с решением проблемы, и приучает его к тому, что он отвечает за свои поступки.

Как же быть, если вы чувствуете, что вам хочется стукнуть ребенка или накричать на него?

В жизни родителей бывают периоды, когда они ощущают бессилие, находятся в состоянии кризиса или эмоционального напряжения. В такие моменты их гнев на детей нередко выражается в крике или наказаниях. Конечно, ничего хорошего в этом нет, но нет также и основания для вывода, что они не могут быть хорошими родителями. Если они отдают себе отчет в совершаемых действиях, у них есть шанс изменить свое поведение.

Нередко родителям бывает стыдно за свои слова и действия в минуты гнева и отчаяния.

**Помните, что существует множество способов снятия напряжения и разрядки!**

Отвлечитесь на короткое время, пойдите в другую комнату, может быть, даже выйдите из дома (по возможности). Объясните ребенку свои

действия, расскажите о своих чувствах, когда вернетесь домой.

Если позволяют обстоятельства, заставьте себя отключиться и попробуйте расслабиться, займитесь каким-либо физическим трудом, примите душ (ванну), вымойте посуду или, наконец, подержите руки под краном с водой, умойте лицо.

Только в спокойном состоянии вы сумеете выяснить для себя, чего вы хотите и чего требуете от ребенка, и поступить по справедливости. В состоянии же гнева и напряжения вы способны вести себя агрессивно, можете обидеть ребенка и позволить себе высказывания, которые только усилят у него чувство протеста и непослушание, ухудшат его поведение, и вы еще больше отдалитесь друг от друга.

**Поскольку** вы знаете своего ребенка и предвидите, в связи с чем могут возникнуть конфликтные ситуации, пытайтесь избегать их, а спокойные минуты старайтесь не использовать для бесед с ребенком на “острую” тему и для развития у него конструктивного отношения к проблеме.

Любое проявление жестокости кладет конец вашему диалогу с ребенком и нарушает взаимоотношения между родителями и детьми. В добавление к этому, ребенок учится таким же образом относиться к другим людям.

Если вы считаете, что обидели ребенка, вы должны искренне извиниться перед ним. Это научит вашего ребенка поступать так же в случае, если он кого-нибудь обидит (в частности, и вас).

Стоит ли просить о помощи и в каких случаях?

Если вы почувствуете, что нуждаетесь в консультации и поддержке, это не свидетельствует о вашей слабости.

Если вы чувствуете, что больше не можете мириться с созданным положением, - это не говорит о том, что вы плохие родители.

Никто не готовит человека к выполнению родительских обязанностей, и если вы испытываете описанные ниже ощущения, то консультации со специалистами или курсы для родителей помогут вам в решении семейных проблем.

Итак, если:

- ваши действия постоянно вызывают у детей обиду и протест;
- вы агрессивны физически и словесно, когда сердитесь на детей;
- вас удручает, что дети вас не слушаются;
- действия детей слишком редко отвечают вашим ожиданиям;
- вы чувствуете, что не способны разговаривать с собственными детьми;
- вы чувствуете, что явно предпочитаете одного из детей остальным;

**не стесняйтесь обращаться за помощью.** Это не легко, но пусть вас ободрят тот факт, что многие родители, все-таки сделавшие это, нашли понимание и получили реальную помощь. Беседы со специалистами, посещение лекций, участие в групповых занятиях и встречах для родителей способствовали появлению у них чувства, что они не одиноки на “поле битвы”. Вы можете поделиться своим опытом с другими родителями и поучиться чему-то у них.

Конечно, воспитывать ребенка – нелегкое дело. Мифы об ангельских чистых и кротких созданиях далеко не соответствуют действительности. Дети – не ангелы. Но это – маленькие человеческие существа, и поэтому из всех трудных ситуаций, в которые дети нередко ставят своих родителей, можно и нужно стараться выйти с уважением к их человеческому достоинству, без применения физических наказаний или словесных оскорблений.

**Родителями быть нелегко,  
но плохо,  
если нелегко от этого  
нашим детям.**