



## Воспитание без наказания «Не пряник, но кнут»

Проблема, с которой рано или поздно сталкиваются все до единого родители. Во всякой семье наступает такой момент, когда даже самые закоренелые гуманисты в порыве готовы схватиться за ремень. Некоторые тут же одумываются, другие заканчивают начатое, третьи наказывают, а потом страдают от угрызений совести.

В моменты, когда вы чувствуете, что «подходите к грани», попробуйте оценить саму необходимость наказания. Хорошо, если вы для себя в своей семье определите некую «иерархию провинностей» - за какие проступки следует наказать всенепременно, а на какие воздействовать иными методами. В психологической литературе описано несколько альтернатив, которыми можно воспользоваться, когда кажется, что контроль над ребёнком потерян:

1. Обратите внимание ребёнка на то, как он может принести пользу. Например, дитя разбушевалось в гостях – можно переключить его внимание на то, чтобы он покормил рыбок, поли цветы, убрал какой-нибудь незначительный мусор. Дайте ему почувствовать себя взрослым и важным.
2. Выразите сильное неодобрение, не давая оценок. Важно проговорить ребёнку свои чувства от его действий, не ругая характер. Не «ты жестокий», а «ты жестоко поступил» или «это был жестокий поступок». В некоторых ситуациях такого проговаривания достаточно.
3. Подскажите ребёнку, как устранить последствия/загладить вину. Наказывать, например, за разбитую чашку по меньшей мере нечестно, ведь мы сами порой бьём посуду. В таких случаях полезнее научить ребёнка ответственному отношению: разбил – убери, разлил – вытри, расстроил – утешь.
4. Механически устраните причину конфликта. Порой мы сами провоцируем ребёнка на нарушение правил. Соблазн бывает слишком велик! Уберите все бьющиеся и ценные предметы с нижних полок. Спрячьте свой набор инструментов.
5. На каждое «нельзя» предоставляйте «можно». Одёргивая ребёнка, не забывайте о том, что ему следует дать «взамен». Например, драться нельзя – можно дружить.
6. Предоставьте ребёнку выбор. В момент непозволительного, с вашей точки зрения, поведения, предложите ему три варианта развития событий. Например: ты сейчас успокаиваешься, и мы остаёмся в гостях на чай; мы сейчас же уходим домой; ты продолжаешь плакать в другой комнате, а я иду пить чай. Важно, чтобы вы были готовы согласиться с любым выбором ребёнка.
7. Позвольте ребёнку прочувствовать последствия. В рамках разумного, конечно!
8. Иронично похвалите. «Молодец, в мокрых носках уютнее и стирать не надо!» Подходит для детей постарше и подростков. Будьте поосторожнее с формулировками. Не превратите иронию в едкую насмешку. Эти и другие способы помогают ребёнку просчитывать последствия своих действий и оценивать их целесообразность. Наказания же, особенно чрезмерные и жестокие, учат лишь изворотливости и стремлению «не попасться». Выбор за вами!