**Е. И.Мельникова**

**Наказание, или Как поощрять правильно.**

Вопрос воспитания детей интересует каждого родителя, и чем больше мы думаем об этом, тем больше вопросов встаёт перед нами. Один из этих вопросов и есть проблема поощрения и наказания. Как сделать так, чтобы ребёнок не шалил, не нарушал установленные в семье правила, не делал, как нам кажется, непоправимых ошибок и, конечно, за что следует поощрять ребёнка, а главное - как? Вспомните себя в детстве, вспомните, что вы чувствовали, когда вас хвалили или ругали? Всегда ли вы чувствовали, что наказание справедливо, а поощрение заслужено?

Все методы дисциплинарного воздействия на ребёнка можно условно можно разделить на 3 основные техники:

а*) физическое наказание*;

б) *разъясняющая техника*: объяснение ребёнку сути проступка и путей изменения его поведения;

в) *эмоциональное наказание*, при котором вы воздействуете на чувства ребёнка.

Каждый из этих методов обладает рядом особенностей и может быть эффективным или бессмысленным в зависимости от многих обстоятельств. Но ни один из них не будет действовать, если вам не понятны причины поведения ребёнка. Их множество – поговорим об основных.

1) ***Борьба за самоутверждение*** против чрезмерной опеки. Приблизительно с 3 лет ребёнок начинает говорить «Я сам», стремясь к самостоятельности. Эта позиция сохраняется на протяжении всего детства, обостряясь в подростковом возрасте. Подросток очень чувствителен к ущемлению его стремления к самостоятельности. В данном случае смысл плохого поведения ребёнка в том, чтобы отстоять право самому решать свои дела, показать, что он личность.

2) ***Потеря веры в собственный успех*** приводит ребёнка к мысли: «Нечего стараться, всё равно ничего не получится». При этом он демонстрирует окружающим позицию, которую можно выразить словами: «Мне всё равно! Я плохой и буду таким!».

3) ***Желание отомстить*.** Дети часто бывают обижены на родителей, по разным причинам: родители более внимательны к младшему, сделали резкое замечание, не выполнили обещание развелись, и т.д.

4) ***Борьба за внимание***. Если ребёнок не получает необходимого ему количества внимания, то он находит свой способ его получить – непослушание. Таким образом, ребёнок выбирает между негативным вниманием родителей и полным отсутствием внимания.

Главное, чтобы родительские требования не вступали в противоречие с важнейшими потребностями ребёнка. Например, родителям часто не нравиться чрезмерная активность детей и «не понятно, почему надо так много бегать, так шумно играть». В действительности всё это проявления естественной потребности в движении и познании окружающего мира. Или другой пример, начиная с 10-11 лет ребятам особенно важно общаться со сверстниками; они собираются в группы, чаще проводят время вне дома, считаются больше с мнением ребят, чем взрослых. Чтобы избежать осложнений в этом возрасте, надо быть особенно осторожными в таких запретах, как «не дружить», «не ходить», «не участвовать». Нужно быть уверенным, что ребёнок не воспримет запрет как угрозу его статусу в группе сверстников, так как самое страшное для него оказаться непринятым в группе ребят. Психологи выявили, что ***на каждом возрастном этапе перед человеком стоит определённая задача и от того, насколько успешно она будет решена, будет зависеть дальнейшее развитие ребёнка.*** Так, задача начального школьного возраста – формирование трудолюбия и умения обращаться с орудиями труда; задача подросткового и раннего юношеского возраста – первое целостное осознание себя и своего места в мире.

Надо учитывать также и то, что *наказания (как и поощрения) могут по-разному восприниматься разными детьми.* Например, если развести двух дерущихся детей по разным комнатам, для одного ребёнка это может быть благом, так как он хотел побыть один, чтобы закончить какое-либо начатое дело, другой же ребёнок будет несчастлив, так как он намеревался пойти гулять с друзьями. Все мы обладаем каким-либо одним выраженным типом темперамента, и для каждого из типов эффективным будет своё воздействие. Так, для меланхолика, вполне возможно, достаточно будет разъяснения последствий его поступка, т.к. такие дети очень чувствительны к мнению другого человека и у них легко возникает чувство вины. Жизнерадостного, уверенного в себе сангвиника лучше ориентировать на положительные моменты, на то, чего он может добиться в случае соблюдения тех или иных правил, ориентировать на достижение цели. Для флегматика, который стремится упорядочить мир, тяжёлым наказанием будет лишение возможности заниматься любимым делом (ходить в художественную школу, спортивную секцию и т.д.).

*Не менее важна последовательность в родительских требованиях.* Правила, ограничения должны быть согласованы между взрослыми. Иначе, когда один родитель наказывает, а другой поощряет, ребёнок не может усвоить правил и, следовательно, привыкнуть к дисциплине. Напротив, он привыкает добиваться своего, раскалывая «ряды взрослых». Даже если один родитель не согласен с требованием другого, лучше в эту минуту промолчать, а уже потом, без ребёнка обсудить разногласия.

Важна и *настойчивость в соблюдении правил*, поскольку дети постоянно испытывают правила на прочность и принимают только те, которые выдержали проверку.

Прибегая к наказанию ребёнка, очень важно не потерять *контроль над собственными эмоциями*. Резкий тон родителей, находящихся в состоянии гнева или обиды, заставляет ребёнка занять пассивную позицию. Он начинает «наращивать свой собственный панцирь», превращаясь в маленькую черепашку, до которой уже не долетают угрозы родителей. При этом ребёнку уже не стыдно и он не боится вызвать ваше недовольство, потому что к страху ребёнок рано или поздно привыкает или учиться врать.

Но, к сожалению, очень трудно справиться с первыми эмоциями и быстро принять правильное решение, поэтому лучше, если наказание будет немного отодвинутым во времени (1-2 часа), чтобы у вас была возможность и справиться со своими эмоциями, и продумать причины нежелательного поведения ребёнка, и наиболее эффективный для него способ воздействия.

И всё же, как наказывать? Скучной работой или дополнительными занятиями? При этом интерес и к работе, и к занятиям пропадёт вовсе. Ограничением свободы? Это вызовет только сопротивление и попытку вырваться. Другой вариант – обоснованное наказание. Например, «Мы не можем пойти гулять, пока дома не будет порядка» или «Жаль, что уроки не сделаны, и мы не успеем погулять». Наиболее часто используемый тип наказания начинается словами «Если ты не…, то…» («если не получишь 5 , то не пойдёшь гулять»). Применяя такую формулировку, *лучше обращать внимание ребёнка на то чего он достигнет*, чем на то, чего он лишиться, то есть исключить из фразы отрицательную частицу, например «Если ты сделаешь уроки днём, то сможешь вечером посмотреть любимую передачу, погулять с друзьями, поиграть и т.д.»

В некоторых случаях, если ребёнок уже большой, *можно позволить ему ошибиться*, предлагая своё решение проблемы, но, не настаивая на нём. Вспомнив ваш совет, он потом будет больше доверять вашему мнению.

В жизни каждого ребёнка должны быть правила, ограничения. Вместе с тем, правил, ограничений не должно быть слишком много и они должны быть гибкими. Таким образом, в вопросах наказания предполагается некое чувство меры, так же, как и в вопросах поощрения.

Поощрение не менее сложная проблема, и подходить к нему также надо обдуманно.

Поощрение должно быть конкретным, т.е. за какое-то конкретное достижение, только в этом случае оно будет восприниматься ребёнком как таковое. Очень хорошо, если время между делом и поощрением не длительное. Однако это зависит и от того, каким будет поощрение, иногда дети готовы ждать желаемого очень долго.

Важно, чтобы каждый, даже незначительный с точки зрения взрослого успех ребёнка был отмечен, особенно если достижения у ребёнка бывают нечасто. В этом случае поощрения будут стимулом для дальнейшего роста ребёнка.

Все должно быть соразмерным. Большая награда за то, что было достигнуто легко, может быть воспринята ребёнком как незаслуженная. А незначительное поощрение за то, чего ребёнок добивался долго и мучительно, сделает систему ваших воздействий неэффективной, подорвет доверие к родителям.

Поощрение, как и наказание, индивидуально и зависит от возраста ребёнка. Так, для одного лучшей наградой будет время проведённое с родителями, для другого, наоборот, относительная свобода и возможность провести время с друзьями.

В любом случае, каждому ребёнку необходимо Ваше внимание для нормального развития. Ребёнку нужно чувствовать, что его принимают, любят не за то, что он умный, способный, красивый, а за то, что он есть. Более того, без этого ни одно поощрение или наказание не будет эффективным. Никакие подарки и удовольствия не смогут заменить искренней любви, внимательного общения и теплого прикосновения.