**Способы воспитания ребенка**

Во все времена родителей волновали вопросы по оптимальному воспитанию детей - каким образом**поощрять и наказывать**, чтобы это способствовало развитию гармоничной личности.
**Поощрение** - сильный регулятор поведения, с его помощью научение происходит быстрее. Но не всякое поощрение может приносить пользу.

Поощрение и наказание могут осуществляться в двух формах: материальной и психологической (духовной). Современное общество предпочитает материальную форму поощрения и наказания, т.е. "Куплю конфету – не куплю конфету".

Использование только материальных форм поощрения и наказания воспитывает человека зависимого, с низким самоконтролем,  который, в основном, ориентируется по обстановке: "Попадусь – не попадусь". Использование психологической формы воздействия формирует совесть как внутренний механизм контроля поведения.

Остановимся подробнее на поощрениях, а именно на типах похвалы.

**Типы похвалы**

1. **"Компенсация"**. Используется для тех детей, у которых чего-то серьезно не хватает (физический недостаток, плохой характер, неудачи в жизни). Их надо хвалить за то, что есть у них хорошего, не обязательно достигнутое ими самостоятельно (лучше не злоупотреблять такой похвалой, ибо такие дети могут превратиться в избалованных деспотов).
**2. "Аванс"** – это похвала за то, что будет, опережающий тип. Он внушает человеку веру в себя. Наша вера превращает возможность в действительность. Похвала за то, чего нет – это далеко не всегда то же самое, что говорить неправду.
Надо обязательно хвалить утром и на ночь. Хвалить за малейшую попытку совершенствования себя.
Можно выделить следующие типы аванса:
а) утверждать, что ребенок что-то делает лучше, независимо от реальности;
b) одобрять за малейшие попытки преодолеть себя и не ругать, если не получается;
с) не замечать дурных проявлений, если они находятся на одном и том же уровне, а когда дело стало лучше, то заметить и похвалить.
Используя аванс как тип похвалы, следует не переступать черту возможного и не вводить ребенка в заблуждение.
**3. "Подъемная" похвала.**Если мы собираемся повышать требования к ребенку, то начинать их надо с похвалы, как вдохновения на новые подвиги.
**4. Косвенное одобрение.** Похвала, при которой вроде бы не хвалят, т.е. попросить помощи, совета и т.п. В разговоре с другим человеком как бы между прочим сказать добрые слова о ребенке, но так, чтобы он слышал их. Эти слова должны быть на уровне констатации достоинств ребенка, но нельзя задевать при этом его отрицательные качества.
2. **Наказание.**

При всех разногласиях вокруг этого метода воспитания следует отметить, что он тоже имеет право на применение, потому что свидетельствует  о неравнодушном отношении, а о любви родителей к ребенку и, одновременно, дает ему "отпущение грехов". Поэтому дети стремятся получать наказания и даже пытаются использовать их в своих целях.
Большинство родителей считают, что для прекращения непослушания ребенка больше подходят немедленные наказания, а не профилактические меры. Следует помнить, что любой метод наказания  действует тем лучше, чем реже он применяется. При частом применении наказаний дети становятся лживыми, изворотливыми, у них появляются страхи, агрессия.
Наказание обладает внушающим воздействием, если оно соответствует проступку и применяется редко.

Многие родители сталкиваются с тем, что ребенок становится просто неуправляемым, все делает наоборот. Всякий контакт с ним приводит к скандалу. За скандалом следует наказание, за наказанием — взаимные обиды и потеря доверия. Эти проблемы растут, как снежный ком: родители кричат, и ребенок перестает слышать спокойную речь, родители жестоко наказывают, ребенок учится врать и изворачиваться. Есть родители, которые считают, что ребенка необходимо «сломать», иначе он «сядет на шею», избалуется. Их слово всегда, при любых обстоятельствах и любой ценой останется последним.

Психологами были выделены четыре основные причины нарушения поведения детей, в том числе и их нежелания выполнять требования взрослых.

1. Недостаток внимания. Ребенок не получает того количества внимания, в котором нуждается. Родителям часто не хватает времени и сил, чтобы уделить время для игр, разговора, занятий с ребенком, но для того чтобы поругать или наказать, они всегда его найдут.

Папа гуляет с двухлетним сыном. Мальчик играет в песочнице, вдруг берет горсть песку и кидает в отца. «Не делай этого. Нельзя!» Ребенок смеется и кидает снова. «Не делай этого, а то задам!» — повышает голос отец. Малыш повторяет еще раз. Отец с гневом выполняет свою угрозу.

Попробуем представить себе, что чувствует отец. Он обижен, недоумевает, почему ребенок так себя ведет. Еще ему стыдно, что другие родители, гуляющие во дворе, видели, что сделал его сын, и подумали, что ребенка плохо воспитывают. А потом видели, как он сынишку отшлепал, и подумали, что он плохой отец.

А что чувствует ребенок? Сперва он звал папу поиграть вместе, но папа разговаривал с соседкой. Потом кинул песок, и папа сразу перестал разговаривать и обратил на него внимание. Но вместо того, чтобы посмеяться вместе, накричал и отшлепал.

2. Борьба за самоутверждение. Непослушанием ребенок проявляет свою самостоятельность, свой выбор, протестует против чрезмерной родительской опеки. Это происходит в том случае, когда родителипытаются предупредить каждый шаг ребенка.

3. Желание отомстить. Мы порой не замечаем, что тот или иной наш поступок пошатнул веру малыша в нас, нанес вред доверию и чистоте наших взаимоотношений. Что-то пообещали и не выполнили, договорились никому не рассказывать, но тут же по телефону: «А мой-то...» Несправедливо наказали, не выслушали его объяснения. И ребенок начинает действовать по принципу «Вы мне сделали плохо, и я вам».

4. Потеря веры в собственный успех. Если взрослые слишком часто повторяют ребенку, что он тупица, что у него кривые руки и что вообще он в жизни никогда ничего не добьется, ему ничего другого не остается, как только всем своим поведением подтверждать сложившееся о нем мнение.

Самое важное — понять, что ребенок делает что-то «не так» не «вам назло». Его поступок вызван вескими причинами, разобраться в которых — задача взрослого. Отечественный психолог Ю.Б. Гипенрейтер в своей книге «Общаться с ребенком. Как?» рекомендует родителям следующее:

Если *вы раздражены*, то, скорее всего, непослушание вызвано *борьбой за ваше внимание.*
Если переполнены *гневом*, то ребенок пытается *противостоять* вашей воле.
Если поведение ребенка вас *обижает*, то скрытая причина — *месть*.
Если вы находитесь во власти *безнадежности* и отчаянья, то ваш ребенок глубоко переживает свою *несостоятельность* и неблагополучие.

Чаще всего по отношению к ребенку взрослые используют следующие виды наказания:

* физическое наказание (порка, подзатыльники, таскание за волосы и т.д.);
* наказание изоляцией (стояние в углу, запирание в комнате, ванной, туалете, чулане, отказ от контакта и пр.);
* словесное наказание (угрозы, унижение);
* наказание трудом;
* наказание лишением удовольствия.

Разберем каждый вид наказания по отдельности.

**О физическом наказании**

В раздевалке детского сада одна мама с ужасом спрашивает другую, отвесившую только что дочери подзатыльник за то, что та долго копается: «Что вы делаете? Так же нельзя!»

«А вы, что, свою не наказываете?» — с удивлением отвечает та.

Получается, что для одних неприемлемо, то для кого-то в порядке вещей.

В семьях, где физическое наказание — популярнейший метод воспитания, дети находят различные пути адаптации к таким жестким условиям. Например, начинают вымещать обиду на тех, кто слабее — младших детях, животных, иногда игрушках.

Еще один вариант адаптации описывает писатель Владислав Крапивин в книге «Журавленок и молнии». Мальчик перед встречей с отцом, который его регулярно порол, принимал анальгин. «Чтобы не так больно было» — а на самом деле, чтобы не чувствовать себя настолько беспомощным, чтобы создать иллюзию, что он хоть как-то может эту ситуацию изменить.

В результате для одного человека то, что его пороли, становится оправданием рукоприкладства по отношению к своим детям: «Меня били, и я вырос порядочным человеком!» Другой, сохранивший горечь обиды после перенесенного в детстве телесного наказания, никогда, ни под каким предлогом не позволит себе ударить ребенка.

Вот с какими чувствами вспоминает свою первую встречу с физическим наказанием писатель В. Крапивин: «А еще я вскоре после того случая ощутил, что испытываю рвотное отвращение, когда вижу насилие: когда бьют мальчишку или девчонку, хлещут уставшую лошадь, мучают кошку, собаку или птицу».

Реальность такова, что зачастую физическое наказание становится не столько «воспитательной мерой», сколько проявлением жестокости по отношению к детям.

Увы, нередки случаи, когда поведение родителей решительно противоречит их роли, когда они совершенно пренебрегают детьми, подвергают их насилию, оскорбляют.

В ряде исследований зарубежных психологов отмечалось, что в Соединенных Штатах и Западной Европе жестокое обращение с детьми встречается с частотой, вызывающей беспокойство: от 1 до 2 миллионов людей в детстве подвергаются насилию или угрозе применения оружия со стороны родителей (Парк и Колмер, 1975; Парк и Слейби, 1983)-Большинство опрошенных родителей (73%) признались, что прибегали к той или иной форме насилия по отношению к детям 3—17-летнего возраста, били, путали оружием или ножом, наказывая ребенка. Матери несколько чаще отцов шлепали или били детей, в особенности сыновей; но более жестокое наказание равным образом применяли и отцы, и матери. Жертвами столь опасных действий в одинаковой степени были и дочери, и сыновья (Желе, 1979).

ВНИМАНИЕ! Если родители считают возможным причинить ребенку боль в виде дисциплинарного средства, то они достаточно легко могут переступить черту и перейти к жестокости.

Психологами был проведен эксперимент, в котором отношения между родителями и детьми наблюдали непосредственно в семьях трех типов: а) семьи, где хотя бы по отношению к одному ребенку проявляли жестокость; б) семьи, в которых родители относились к ребенку равнодушно, занимали позицию полного пренебрежения (например, очень плохо кормили); в) семьи, где не было ни случаев жестокости, ни равнодушия по отношению к детям (контрольная группа). Образовательный уровень и доходы в этих семьях были равными. Улыбка, похвала, эмоциональный контакт между членами семьи считались положительными признаками поведения. К отрицательным отнесли критичность, сарказм, неодобрение и гнев. В семьях, где были приняты жестокость и равнодушие, родители проявляли по отношению к детям больше отрицательных признаков поведения, чем родители в контрольной группе. Дети в семьях, где родители занимали позицию отстранения, чаще конфликтовали с родителями, братьями и сестрами, чем дети в контрольной группе; дети, к которым применяли жестокость, не слушались родителей, у них чаще наблюдалось агрессивное поведение по отношению к другим детям.

Некоторые исследователи полагают, что избиение ребенка следует за конфликтом между мужем и женой, когда озлобленность против супруга изливается на относительно беззащитного ребенка.

К тому же, если проанализировать ситуации, когда родители прибегают к физическому наказанию, то в большинстве случаев за благовидной целью «воспитания» скрывается неумение взрослого управлять своими эмоциями, справляться со своим раздражением, гневом, жестокостью.

Не наказывайте ребенка сгоряча, постарайтесь сначала «остыть», успокоиться, проанализировать глубину поступка, выбрав адекватное наказание.

**О наказании изоляцией**

Во многих школах и семьях в качестве наказания используют так называемый «тайм-аут», когда ребенка на короткий период исключают из общих занятий, и никто из детей и взрослых в это время не обращает на него внимания. Такой метод надо применять спокойно, объяснив ребенку причину наказания. По мнению некоторых исследователей, подобная мера воздействия не наносит ребенку ни физического, ни эмоционального вреда.

Но вряд ли можно судить о возможных последствиях столь однозначно. Дети, которые участвуют в наказании своего товарища, не могут так или иначе не сопереживать ему. Одним наказание другого приносит радость, других огорчает. Кроме того, детям свойственно подражать поступкам взрослых, и вот уже они сами объявляют бойкот тому, кого чаще других наказывает воспитатель. Для них — «выключить из игры» становится самым распространенным способом проявления жестокости. Здесь нельзя не вспомнить известную повесть В. Железнякова «Чучело», в финале которой Железная Кнопка кричит: «Тогда я сама всем! Всем! Объявляю бойкот!»

Ученик 1-го класса, отвечая на вопрос: «Что для тебя страшнее всего?», написал, что самое страшное для него, когда мама с ним не разговаривает.

Кроме того, не нужно забывать об индивидуальных различиях детей. Если в изоляции оказывается ребенок, страдающий боязнью замкнутого пространства (клаустрофобией), то такое наказание превращается в самую жестокую пытку и может спровоцировать нервный приступ и другие тяжелые последствия.

**О словесных наказаниях**

Казалось бы, этот вид наказаний можно считать наиболее мягким, не приносящим большого вреда. И трудно представить родителя, который бы ни разу в жизни не крикнул на ребенка, не обозвал его, не выругался в его адрес. (Но мне лично хотелось бы верить, что такие родители есть.)

И все-таки. Мы имеем дело в первую очередь с аффективной реакцией, а никак не воспитательной мерой. Мы кричим и ругаемся из-за того, что у нас неприятности на работе, или болит голова, или нам нагрубили в магазине. Просто из-за того, что не можем сдержаться. А следовало бы. Потому что никакой воспитательной роли фразы вроде: «Опять все испортила!», «Все из-за тебя!», «Вечно ты...» сыграть не могут. Они вызывают у детей либо ответное озлобление, отрицание, агрессию, либо подавленность, уныние, разочарованность. Ведь взрослый является для ребенка огромным авторитетом. И все, что он произносит, воспринимается как истина в последней инстанции. Дети принимают на веру все наши высказывания, они думают: «Наверное, я и вправду «мамино горе», «идиот», «тупица» и тому подобное, и вряд ли в самом деле выйдет из меня что-нибудь путное». То есть у ребенка формируется заниженная самооценка, которая, в свою очередь, порождает новые проблемы.

В одной семье симпатичной девочке «в целях воспитания» изо дня в день говорили, что она уродина. Она так к себе и относилась, стеснялась себя. Отсюда сгорбленные плечи, испуганный взгляд. Впоследствии — несчастливая семейная жизнь, в которой взаимоотношения с мужем строятся по принципу «кому я еще такая могу быть нужна». И глубокая печаль родителей: отчего же так доченьке в жизни не везет...

ВНИМАНИЕ! Старайтесь почаще обращать внимание на положительные качества ребенка. Хвалите его. Тем самым вы создадите дополнительную мотивацию для того, чтобы малыш руководствовался девизом: «Буду делать хорошо и не буду — плохо».

Кстати, частые угрозы, не приводимые в исполнение, сводят авторитет родителя на нет.

И еще небольшое дополнение. Психологи рекомендуют родителям как можно чаще вспоминать себя в детстве и рассказывать об этом своим им детям. При этом вспоминайте все как есть, не приукрашивайте и тем более не лгите.

Обычно дети с большим интересом слушают такие рассказы. И это очень полезный воспитательный момент. Ребенок соотносит свои ошибки и неприятности с вашими и понимает, что он не одинок в этом, что он не самый плохой, не самый большой неудачник и т.д. И чувствует вашу поддержку и понимание. У детского писателя Александра Раскина есть такая замечательная книга «Как папа был маленьким». Она родилась из историй, которые писатель рассказывал своей больной дочери о своем детстве. Вот что он пишет: «Ей понравилось, что папа тоже был маленьким, тоже шалил и не слушался и его тоже наказывали. Я выбирал истории посмешнее, ведь нужно было развеселить больную девочку.

И еще я старался, чтобы моя дочка поняла, как нехорошо быть жадным, хвастунишкой, зазнайкой. Но это вовсе не значит, что я сам всю жизнь был таким. Просто я старался вспоминать только такие случаи. А когда мне их не хватало, я брал их у других знакомых пап. Ведь каждый из них тоже был когда-то маленьким».

Прочитайте эту книгу вместе со своим ребенком, и, может быть, многие проблемы решатся сами собой и не придется никого наказывать.

**О наказании трудом**

«За то, что получил двойку, будешь всю неделю мыть посуду», «раз ты подрался с сестрой, сядь и прочти 20 страниц» — как часто родители прибегают к подобным наказаниям, применение которых приводит к тому, что ребенок лишается произвольности в наиболее значимых для человека сферах: труде, учении, познании, принося ему огромный вред. Если вы приучили малыша читать из-под палки, если это занятие превратилось для него в наказание, то он никогда не сядет за книгу сам. Если работа по дому для него — плата за проступок, то он вряд ли когда-нибудь предложит вам свою помощь.

ВНИМАНИЕ! Ни в коем случае не стоит наказывать ребенка тем, что он должен делать добровольно, от чего человек может и должен получать радость.

Подобные наказания могут на всю жизнь закрепить негативное отношение к труду, учебе, чтению.

**О наказании лишением удовольствия**

Гипенрейтер в книге «Общаться с ребенком. Как?» советует родителям в тех случаях, когда наказания не избежать, придерживаться одного очень важного правила: «Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое». Задумайтесь над этим! Найдите в жизни ребенка то, что для него особенно важно. Лучше всего, если это будет какая-то ваша совместная деятельность. Прогулка в выходные, катание на велосипедах, вечерняя сказка и пр. Ю.Б. Гипенрейтер называет это «золотым фондом радости». И если ваш ребенок не слушается или совершил какой-то проступок, то удовольствие на этой неделе или в этот день отменяется.

ВНИМАНИЕ! Будьте справедливы к детям. Не злоупотребляйте подобными наказаниями, применяйте их, только если случился поступок действительно ощутимый, действительно вас огорчивший.

**Правила наказания**

1) Наказывая, подумай: Зачем? Для чего?
2) Наказание никогда не должно вредить здоровью.
3) Если есть сомнения, наказывать или нет - не наказывать! Никаких наказаний не должно быть "на всякий случай", даже если кажется, что вы слишком добрая (ый) и мягкая (ий).
5) Запоздало не наказывать – за давностью все списывается.
6) Наказан значит прощен, страницу жизни перевернул – никаких напоминаний.
7) Любое наказание не должно сопровождаться унижением, не должно рассматриваться как торжество силы взрослого над слабостью ребенка.
8) Ребенок не может не огорчать – это нормально, поэтому относиться к этому нужно соответственно. Не стремиться переделывать ребенка, а также не допускать, чтобы он жил в страхе перед наказанием.

**Нельзя наказывать лишением любви!**

Постарайтесь не забывать о том, что пример родителей очень важен для ребенка. Если вы учите его одному, а сами делаете противоположное, не стоит ждать от него выполнения ваших требований.

Известный психолог Алан Фром в книге «Азбука для родителей» перечисляет некоторые опасности, которые всегда таятся там, где применяются наказания:

1. Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преображает его. Один поступок заменяется другим, по-прежнему остающимся неправильным, еще более вредным для психического здоровья ребенка.
2. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отвергнутым и нередко начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.
3. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям, и это породит в его сознании чудовищную дилемму. С одной стороны, родители — взрослые, против них восставать никак невозможно, с другой — он еще слишком зависит от них, чтобы извлекать пользу от своей вражды, не говоря уже о том, что он все-таки любит своих родителей. И едва в нем объединятся эти два чувства — любовь и ненависть, - как сразу же возникнет конфликт.
4. Частые наказания так или иначе побуждают ребенка оставаться инфантильным. Обычно его наказывают за какую-нибудь ребяческую проделку. Например, за то, что он намочил или испачкал штаны, напроказил, и прежде всего за недозволенное, чего делать нельзя. Но желание достичь запретного не пропадает, и ребенок решает, что, пожалуй, не стоит от него отказываться, если можно расплатиться всего лишь наказанием. То есть он может делать все, что захочет, а, рассердив родителей, терпит наказание, чтобы расплатиться, очистить совесть и продолжать поступать в том же духе — и так до бесконечности.
5. Наказание может помочь ребенку привлечь к себе внимание родителей. Детям нужна прежде всего родительская любовь, но, не получая ее, они часто согласны на такую жалкую ее имитацию, как простое внимание. А привлечь внимание родителей порой гораздо легче, делая какие-нибудь глупости, чем оставаясь все время добрым и послушным.

Важно помнить, что необходимо научиться замечать и понимать чувства ребенка и объяснять их ему.

И в заключение хотелось бы напомнить, что родители должны воспитывать не только детей, но и самих себя. Какими же надо быть взрослым, чтобы не провоцировать своего ребенка на еще большее непослушание:

* Быть терпеливыми. Это самая большая добродетель, какая может быть у родителей.
* Уметь объяснять ребенку, ПОЧЕМУ его поведение неправильно,но при этом избегать занудства, быть предельно краткими.
* Уметь отвлечь, предложить ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему сейчас хочется.
* Не торопиться с наказаниями.
* Уметь выражать благодарность ребенку за те хорошие поступки,которые он совершает. Награждайте его. Награды более эффективны,чем наказания. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нем желание поступать так и дальше, чтобы еще раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится больше времени, таким образом вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесет наказание.

*Поощрение и наказание – это две стороны одной медали, имя которой “воспитание”. И чтобы эта медаль оказалась золотой, необходимо знать основные правила поощрения и наказания и применять их сбалансировано, с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.*