**Как не превратить наказание в насилие.**

Проблема насилия над детьми приобретает все большее социальное и научное значение. Она привлекала и продолжает привлекать внимание специалистов разных областей знаний. Не случайно в последнее время в научной литературе, на страницах газет и журналов, на радио телевидении обсуждаются вопросы о сущности насилия в обществе, уязвимости детей и возможностях создания безопасных для них условий жизни.

Говорят о воспитании детей, нельзя не коснуться проблемы наказания. При этом возникает целый ряд вопросов: насколько наказание целесообразно, эффективно и неизбежно? Чем наказание отличается от насилия? Кого чаще наказывают: мальчиков или девочек? С какого возраста можно наказывать ребенка? Следует ли применять физическое наказание? И другие.

В сознании взрослых людей сложился довольно устойчивый стереотип: без применения наказания воспитать ребенка невозможно. Однако, как показывает практика, не всякое наказание помогает достижению благородной цели воспитания. Более того, формы наказания, которые выбирают родители для достижения желанного воспитательного эффекта, могут причинить тяжелый ущерб личности ребенка.

Наказанием считается **определенное воздействие, направленное на осознание человеком своего поступка.** Специфика наказания распознается по двум признакам. В-первых, **наказание должно быть справедливым, соразмерным проступку.** Во-вторых, и это, пожалуй, самое важное, - **наказание не должно унижать человеческого достоинства, а наказывающий, будь то родитель, педагог или кто-либо иной, не должен стремиться к власти над жертвой.**Нарушение одного из этих признаков превращает наказание в насилие.

В реальной жизни эти признаки стираются или игнорируются, не замечаются теми, кто наказывает.

Поэтому наказание в большинстве случаев рассматривается все-таки как насилие. Практический опыт показывает, что наказания весьма разнообразны, но все их можно объединить в две группы: наказания, основанные на лишении ребенка родительской любви; наказания, основанные либо на болевом ощущении, либо на страхе перед болью.

Почему родители прибегают к жестоким наказаниям – основная причина немедленный результат. Обычно происходит так: ребенок сделал что-то недопустимое, родитель предпринял какие-либо меры, они не подействовали, в итоге от бессилия родитель закричал или шлепнул ребенка и тот не только прекратил нежелательное поведение, но и вел себя примерно пару часов. После следующего такого наказания ребенок вел себя примерно час, потом полчаса… Привыкание к наказанию приводит к тому, что родители начинают ужесточать кару: не кричат, а орут и угрожают; вместо одного шлепка – лупят, вместо удара рукой бьют ремнем. Родитель попадает в замкнутый круг – наказывает, потом испытывает чувство вины. На самом деле немедленное воздействие наказания никак не влияет на повторение нежелательного поведения.

Кроме того наказание, тем более сделанное эмоционально, - это проявление внимания. Любое внимание поощряет ребенка повторять свое действие. На самом деле вы закрепляете поведение, набрасываясь на ребенка с наказаниями. А еще более прочное закрепление происходит, если вы сопровождаете наказание длинными и эмоциональными объяснениями, почему он поступил плохо и как хорошо получить за это наказание. Урок будет таков: «Когда, к примеру, ты бьешь брата, я обращаю на тебя внимание; поэтому в следующий раз, когда ты захочешь привлечь к себе внимание, побей брата. Я могу кричать, злиться, читать нотации и лишить тебя привилегий, но я не буду игнорировать тебя».

Еще один момент, на который нужно обратить внимание – это позитивное подкрепление нежелательного поведения. Например, ребенок закричал на уроке, и одноклассники засмеялись. Учитель ругает крикуна. Увы, слишком поздно: поведение уже получило подкрепление. Наказание не сработает, если положительный стимул поступил раньше. Отложенный негативный результат не устранит эффекта от немедленного подкрепления.

Наказание имеет побочные эффекты: эмоциональную реакцию (плач), избегание человека, который наказывает, а также агрессию, т. е. попытку ударить кого-либо, в том числе и вас.

Возникает вопрос каким должно быть наказание, чтобы оно было эффективным и не нужно было прибегать к крайним мерам. Вопрос о наказаниях тесно связан с такими вещами как запреты, ограничения и границы, нужно принимать во внимание возраст ребенка (например, кризис 3х или 7 лет), появление на свет братишки или сестренки, ситуацию в семье и т.д. В любом случае на непослушание нужно смотреть объемно, разобраться что является его причинами.

Что можно предпринять чтобы не доходило до крайностей. Прежде чем прибегать к наказанию задайте себе вопрос: «Какова моя цель? Чего я хочу добиться?» Подумайте, какое позитивное противоположное поведение вы хотите видеть у своего ребенка. Как именно вы хотите, чтобы он себя вел – что конкретно делал. Наказание не научит ребенка желательному поведению. Устранение нежелательного поведения не означает автоматической замены его желательным (позитивной противоположностью), даже если ребенок понял, что он должен делать. Например, ваш ребенок играл на площадке и обидел малыша. Вы отозвали своего в сторону и сказали, что с маленькими детьми нельзя так обращаться, потому что можно их поранить. Ваш ребенок выслушал, кивнул и сказал, что он все понял. Он скорее всего действительно вас понял, но это не значит, что он прекратит бить других детей. Вместо нотации похвалите (положительный стимул) своего ребенка за то, что он проявляет внимание к малышам. Наказание более действенно, когда кроме него присутствует поощрение за правильное поведение, в соотношении 1:5 (1 – наказание за негативное поведение, 5 – поощрение за проявление желательного поведения). Наказание само по себе ничего не говорит ребенку о том, как ему следует себя вести. До 4- 4.5 лет для ребенка знать как себя вести и уметь себя так вести – это разные вещи – ему нужны не только разъяснения, но и тренировка.

Обратите внимание, что происходит следом за проступком, нет ли какого либо поощрения, - смех брата, папы или мамы, избыточное внимание, или эмоциональная реакция. Пример: ребенок бегает за другими детьми с палкой, те визжат и разбегаются. Визг детей может нравиться ребенку и служить позитивным подкреплением. Подумайте, как можно убрать позитивное подкрепление.

Наказание должно следовать сразу за проступком. Вариант «вот домой придем я тебе покажу» или «вот за это Дед Мороз тебе подарки не принесет» - не имеют никакого смысла. (Действенная похвала тоже следует сразу за поступком. Вариант «вчера ты так хорошо себя вел, за это Дед Мороз тебе в следующем году подарок принесет», тоже не имеет никакого смысла).

Наказания продумываются заранее и озвучиваются без гнева. Важно не растеряться, когда ребенок совершит проступок, и не импровизировать. В пылу ссоры импровизация опасна, потому что ваша реакция может быть чрезмерной и неадекватной: «Ну все! Я забираю твою любимую куклу НА ВСЮ ОСТАВШУЮСЯ ЖИЗНЬ!» Чрезмерное наказание, скорее всего, вызовет больше побочных эффектов и будет абсолютно бесполезным. Наказания озвучиваются без гнева.

Кроме того, когда вы наказываете, то демонстрируете ребенку модель наказания. Дети «призывают к порядку» своих сверстников так же, как это делают с ними родители.

Схема действий может быть следующей:

1. Для эффективного воздействия на сознание ребенка выбираем ровный, спокойный тон и уверенность. Вы должны оставаться Ведущим для ребенка, а не прыгать у него на поводке. Признать, что крики, гнев, рукоприкладство не помогают.

2. Необходимо четко сформулировать ваши требования к ребенку, продумать систему поощрений и наказаний, которая действовала бы автономно, без крика, возмущенных нравоучений и шлепков. Ребенку должно быть понятно, какое наказание последует за конкретное нарушение или откровенное игнорирование. Чтобы наказание выполняло свою роль — оно должно озвучиваться заранее и создавать неудобства прежде всего ребенку, а не родителю, давать детям право выбора. Спонтанные крики и наказания, придуманные «на ходу» сильно вредят вашим доверительным отношениям. Действительно, становится крайне обидно, что тебя вот, к примеру, лишили сладкого совершенно неожиданно за грубость или непослушание. Какая тут связь между конфетой и грубостью, если раньше конфеты и проступки не были связаны между собой?

Ребенку важно понять причинно-следственную связь, поэтому ПРЕДУПРЕЖДАЕМ — НАПОМИНАЕМ — ДАЕМ ВЫБОР.

Поскольку проступки могут совершаться периодически, в нейтральной обстановке мы озвучиваем для ребенка правило (например, не грубить родителям), т.е. ПРЕДУПРЕЖДАЕМ о последствиях, например, лишение чего-то очень значимого для ребенка, чем он дорожит: игрушкой, мультиками, какой-то привилегией куда-то сходить и т.д. Значимость кратковременной потери будет помогать ребенку удерживаться от нежелательного поведения, а продуманное поощрение поможет ему почувствовать себя сильным и уверенным в себе. Здесь все индивидуально подбирается, но не используйте лишение общения, эмоционального тепла).

Далее в момент проявления грубости следующий шаг — НАПОМИНАЕМ о том, какие санкции наступят, если ребенок не остановится.

И последний шаг — ДАЕМ ПРАВО ВЫБОРА. Т.е. продолжать грубить — остаться без мультика, либо попросить прощения и сохранить добрые отношения?

Эту схему можно использовать с теми детками, которые улавливают связь между двумя событиями и свою роль в них.

\*Напоминание и действие не должны разделяться слишком большим промежутком времени, иначе ребенок может не уловить связи. Чем младше ребенок, тем короче промежуток.

Вот пример:

Ребенок разбаловался за завтраком и вы видите, что он собирается ради смеха опрокинуть молоко на пол. Вы ему сказали, чтобы так не делал, но он проигнорировал. Если будете лишать в тот момент вечерних мультиков — связи тут никакой нет и такое «наказание» будет просто бессмысленным. Поэтому вы спокойно предупреждаете, что если он выльет молоко — ему придется за собой убрать самому и второго стакана попить сейчас не будет. А если не выльет — отлично, он может попить молоко и вы с ним пойдете играть/гулять/и т.д. (озвучиваем то, что он очень любит делать). Так ребенок получает право на осмысленный выбор и пожнет последствия своего правильного/неправильного выбора.

Т.е. наказание и последствия должны быть связаны с проступком логически и следовать в тот же промежуток времени. Дети гораздо легче воспримут самые обычные логически вытекающие последствия своих ошибок, такие, как запрет гулять, смотреть мультики, чем последствия эмоциональные — гнев, стыд, вину, осуждение и отчуждение.

**Если проступок связан с угрозой жизни, например, ребенок знает, что выбегать на проезжую часть или бегать за детьми с палкой - опасно, то проступок пресекается без предупреждения. Выбежал на дорогу или гоняется за детьми с палкой – берете в охапку и идете домой. Прогулка окончена, сегодня мы больше гулять не пойдем.**

Следует учитывать следующие моменты: В воспитании и общении с ребенком обязательно придерживайтесь принципа последовательности. Это распространяется и на отношения между родителями по отношению к ребенку. В спорных моментах лучше договариваться с супругом(-ой), какой линии поведения придерживаться, потом только озвучивать перед ребенком, чтобы не получилось, что мама запретила, а вот папа, добренький какой, разрешил... Дети крайне отзывчивы на поощрения — это побуждает их мобилизовать свои усилия для корректировки своего проблемного поведения. Поэтому акцент родителей на то, какой их сын или дочка — умничка.

Принципы наказания:

* наказание действенно, когда оно понятно ребенку. После наказания о нем не вспоминают, а с ребенком сохраняют нормальные отношения.
* если ребенок провинился, его можно наказать только один раз, даже если поступков совершено сразу несколько.
* применяя наказание, нельзя оскорблять ребенка. Наказываем не из личной неприязни, а по необходимости.
* не наказывайте, если нет полной уверенности в справедливости и полезности наказания.
* не допускайте превращения наказания в орудие мести.
* наказание не должно вредить здоровью ребенка – ни физическому, ни моральному. Если ребенок болен – воздержитесь от наказания.
* нельзя наказывать за неумышленные проступки.
* наказание должно быть соотносимы с проступком, иначе ребенок может не понимать разницу между “специально пролил молоко” и “побил палкой всех ребят на детской площадке”
* нельзя наказывать наспех, без достаточных на то оснований.
* каким бы то ни было наказание, ребенок не должен его бояться.