

Психологические советы родителям о наказании

Наказание не должно вредить здоровью – ни физическому, ни психическому. Если есть сомнение наказывать или не наказывать Не должно быть наказаний, в качестве “профилактики” или “на всякий случай.

Один раз – за одно. Даже если проступков совершено сразу много, наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу, а не по одиночке за каждый.

Лишение любви. Что бы ни случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы и награды. Никогда не отнимайте, подаренного чего-либо, вами или кем бы то ни было.

Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Известно, что всякий проступок имеет свой срок давности. Если этот срок истек, лучше оставить и простить. Запоздалые наказания - внушают ребенку вину за прошлое и не дают возможности меняться.

Наказан – значит прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута. О старых грехах ни слова. Не мешайте начать жизнь с начала.

Без унижения. Что бы ни было, наказание не должно восприниматься ребенком, как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение. Если ребенок считает, что мы не справедливы, наказание даст противоположный результат.

Не наказывать трудом. Ни чтением, ни уборкой, ни мытьем посуды и т.п. Такие наказания способны привить отвращение к труду, а в больших дозах – и к жизни.

Недопустимо сравнивать ребенка (его дела и поступки) с кем-то другим, его нельзя никому противопоставлять, такие сравнения являются, с одной стороны, психотравмирующими, а с другой, они формируют у детей, негативизм, эгоизм и зависть.

Недопустим резкий переход от положительных оценок к резко отрицательным, от наказующего тона к ласковому задабриванию.

КОГДА НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ:

Когда ребенок болен, испытывает какие либо недомогания или еще не совсем оправился после болезни – психика особо уязвима, реакции непредсказуемы.

После сна, перед сном, во время еды, во время занятий каким-либо делом.

Сразу после физической или душевной травмы (падение, драка, несчастный случай, плохая отметка, любая неудача, пусть даже в этой неудаче виноват он сам) – нужно переждать пока утихнет острая боль.

Когда не справляется: со страхом, с невнимательностью, прилагая при этом искренние старания, когда проявляет неспособность, неловкость, неопытность – во всех тех случаях, когда что-либо не получается.

Когда внутренние мотивы проступка вашего ребенка нам непонятны.

Когда сами мы не в себе, когда устали, огорчены, или раздражены по каким-то своим причинам.

Ругая, не следует переходить на личность. То есть, определять только поступки ребенка, или его конкретные действия, например, говорить:

Не “ты плохой”, а “ты сделал плохо”.

Не “ты жестокий”, а “ты поступил жестоко”.

...А задумывались ли вы, над тем, какие установки дали в жизни вам ваши родители, и не являются ли они внутренними указателями вашего жизненного пути?

Задумайтесь над тем, какие из них, мешают вам самим жить и не давайте их своим детям, если не хотите, чтобы что-то из вашей собственной жизни повторялось в ваших детях.

Негативные установки:

Этот перечень, вы безусловно, сможете продолжить сами, и кое-что в нем узнаете:

"Сильные люди не плачут".

"Думай только о себе, не жалея никого".

"Дурачок ты мой!"

"Уж лучше б тебя вообще не было на свете!"

"Вот и будешь по жизни мыкаться, как твой папа (мама)...".

"Яблоко от яблоньки недалеко падает"...

"Сколько сил мы тебе отдали, а ты..."

"Не твоего ума дело..."

"Бог тебя накажет!.."

"Не ешь много, будешь толстый, никто тебя любить не будет".

"Не верь никому, обманут!.."

"Ты всегда это делаешь хуже других..."

"Ты всегда будешь грязнулей!"

"Женщина глупее мужчины..."

"Ты плохой!"

"Будешь букой - один останешься".

"Все хорошее всегда кончается, нельзя всегда есть одно сладкое..."

А вот то, что необходимо, и иногда полезно повторять своим детям:

Позитивные установки:

"Поплачь - легче будет".

"Сколько отдашь - столько и получишь".

"Какая у нас мама замечательная! Какой у нас папа молодец! Они самые хорошие!"

"В тебе все прекрасно..."

"Какое счастье, что ты у нас есть!".

"Каждый сам выбирает свой путь".

"Ты всегда будешь здоров!"

"Что посеешь, то и пожнешь".

"Мы любим, понимаем и надеемся на тебя".

"Твое мнение нам интересно".

"Бог любит тебя!"

"Кушай на здоровье!"

«Мы верим в тебя»

"Выбирай себе друзей сам..."

"Как ты относишься к людям, так и они к тебе".

"Каждый может ошибаться! Попробуй еще!"

"Я тебя люблю любого..."

"Люби себя и другие тебя полюбят".

"Многое в этой жизни зависит от тебя"

А теперь, давайте вспомним, как часто мы говорим своим детям...

- Я сейчас занят(а)...

- Посмотри, что ты натворил!

- Это надо делать не так...

- Неправильно!

- Когда же ты научишься?

- Сколько раз я тебе говорила!

- Нет! Я не могу!

- Ты сведешь меня с ума!

- Что бы ты без меня делал!

- Вечно ты во все лезешь!

- Уйди от меня!

Все эти "словечки" оседают глубоко в подсознании наших детей, и не стоит удивляться, если, слыша их, они, отдаляются от нас, становятся скрытными, недоверчивыми, неуверенными в себе.

А вот слова, которые, наоборот, ласкают душу ребенка:

- Ты, самый любимый!
- Ты очень многое можешь!
- Спасибо тебе!
- Что бы мы без тебя делали?!
- Садись с нами!..
- Я помогу тебе...
- Я радуюсь твоим успехам!
- Что бы ни случилось, знай, что твой дом - твоя крепость.
- Расскажи мне, что с тобой...

Удачи, у Вас все получится!