

«Когда



хочется

шлёпнуть»



## **КОГДА ХОЧЕТСЯ ШЛЁПНУТЬ. АЛЬТЕРНАТИВА ФИЗИЧЕСКОМУ НАКАЗАНИЮ**

Приятно замечать больше внимания, терпимости и уважения к личности ребенка со стороны взрослых.

Раньше тема физического наказания встречала возмущенную реакцию родителей: «Как это не шлёпать!» Сейчас эта проблема вызывает скорее некоторую растерянность: «Как же не шлёпать?»

Многие родители действительно искренне желают отказаться от физического наказания. Но, оказывается, принять такое решение легче, чем его осуществить. Дело в том, что усвоенная с детства родительская модель воспитания воспроизводится на уровне автоматизма, особенно в стрессовой ситуации. А ситуации, когда хочется шлёпнуть ребенка, всегда вызывают сильные эмоции у родителей. Изменение привычного способа требует сознательных усилий. Иногда значительных: порой трудно справиться без профессиональной

психологической поддержки.

Иногда случается, вполне легко и приятно по-новому строить отношения со своим ребёнком. В любом случае, решение не шлёпать необходимо, подкрепить пониманием. Что же делать вместо этого. Рассмотрим несколько вариантов.



## **СИТУАЦИЯ ПЕРВАЯ. КОГДА РОДИТЕЛИ ИСПУГАНЫ.**

Каждый неоднократно видел подобное: маленький ребенок выскакивает на проезжую часть дороги. Родители, хватая его, часто просто не могут удержаться от шлепка. Можно ли по-другому? Да. Довольно сложно, потому, что сильный страх «отключает голову», мы «реагируем телом». И всё же реакции могут быть разными: можно схватить ребенка и крепко прижать к себе, женщины могут позволить себе расплакаться, можно, наконец, словами выразить свои эмоции. Очень важно найти свой способ справиться со стрессом. Что касается воспитательной стороны вопроса, не сомневайтесь: ребенок даже лучше поймёт ваши чувства, если выражать их без физического наказания, и обязательно усвоит необходимый урок.



## **СИТУАЦИЯ ВТОРАЯ. КОГДА РОДИТЕЛИ РАССЕРЖЕНЫ.**

Например, мальчик шумно веселится, стучит по игрушечному барабану и так увлётся, что не реагирует на замечания взрослых. Если прибавить к этому усталость мамы или головную боль отца, поводов для раздражения более чем достаточно. Что же делать?

**Во-первых**, необходимо убедиться, что ребенок вас услышал и понял. Порой родители говорят: «Прекрати немедленно», а ребенок не понимает, что именно ему нужно прекратить. Особенно часто такая ситуация возникает, если запретов слишком много. Поэтому важно говорить конкретно: «У меня заболела голова. Трудно выносить шум. Играй, пожалуйста, потише». Ещё лучше предложить варианты, как это можно сделать: перейти в другую комнату и закрыть плотно дверь, накрыть барабан мягкой тряпкой, заняться другой игрой.



## **СИТУАЦИЯ ВТОРАЯ. КОГДА РОДИТЕЛИ РАССЕРЖЕНЫ.**

**Во- вторых**, стоит здраво оценить, в силах ли ребенок выполнить требования взрослого. Можно услышать, как двухлетнему малышу велят: «Успокойся сейчас же». Если ребёнок утомлён или перевозбудился, он не может успокоиться сам, просто не умеет. Вернее может – накричавшись и обессилев от этого, - но обычно это не очень устраивает окружающих. Если вы хотите, чтобы он справился с излишним возбуждением иначе, его надо этому научить. Предложите спокойную игру, но обязательно с партнёром и чёткими правилами (для двухлетнего подойдут даже «ладушки») увлеките совместным действием (« я буду мыть посуду, а ты собирай и приноси ложки»).

**В- третьих**, если ребёнок понял вас и может выполнить ваши требования, но не делает этого, постарайтесь понять почему. Может быть он обижен или расстроен, или наоборот, хочет заслужить вашу похвалу (например, ведь вчера бабушка так радовалась, когда он стучал на барабане), или так соскучился, что готов терпеть даже крик, лишь бы на него обратили внимание. В этом случае, лучше всего поговорить с ребенком, выразить свою заинтересованность, спросить, что происходит, и внимательно выслушать, постараться понять. Ребенок обязательно будет учитывать ваши интересы, если вы проявите готовность считаться с его потребностями.



## СИТУАЦИЯ ТРЕТЬЯ. КОГДА РОДИТЕЛИ РАССТРОЕНЫ.

Причин для беспокойства может быть множество: ребенок обманывает, плохо учится, не выполняет обещанного и так далее. Родители, конечно, хотят развить положительные качества своего чада. Но опять же, наказание не лучший способ. Какие ещё есть варианты?

**Первое.** Похвала, как уже подсчитали специалисты, в четыре раза эффективнее. То есть можно четыре раза шлёпнуть за проступок, а можно с тем же результатом один раз похвалить за хорошее поведение. С той разницей, что последнее значительно приятнее и вам и ребенку. Только хвалить необходимо чётко описывая поведение, заслужившее ваше одобрение. Например: «Как здорово, что ты собрал все игрушки (приготовил уроки, вымыл посуду...) к моему приходу».

**Второе.** Позвольте сыну или дочери столкнуться с последствиями своих действий. Даже для маленького ребенка можно найти возможности. Например, разбил чашку – теперь придётся пить из обычной, без всякого рисунка; полез на дерево – упал, оцарапал коленку. Реальность оказывается лучшим учителем, а ваши отношения не страдают – вы вполне можете посочувствовать в беде.

**Третье.** Предложите ребенку по возможности исправить сделанное. Скажем, разбил чашку. Даже малыш может осторожно собрать осколки и вытереть лужу. Подростка попросите купить такую же из его карманных или заработанных денег. Ребёнку очень важно знать, что ошибки можно исправить – это повышает уверенность в своих силах и желание вести себя хорошо.

В целом, родителям стоит помнить, что дети всегда хотят заслужить их одобрение, и если это не получается, дети нуждаются в помощи, а не наказании.

