



Как соблюдать дисциплину, нужно ли наказывать ребенка?



Как правило, большую часть дня родители пытаются дисциплинировать ребенка: "Не играй так, ты можешь кого-нибудь поранить", "Прекрати стучать!", "Оставь собаку в покое!", "Подойди ко мне!", "Не кричи так громко!"

Устанавливать рамки дозволенного - сложное занятие, требующее времени и терпения, но необходимое. Родители должны обучать ребенка правилам поведения до тех пор, пока он не станет достаточно взрослым и поймет, как правильно вести себя в обществе. Чтобы успешно справиться с нелегкой задачей воспитания ребенка, родителям необходимо знать о том, как развивается его личность и в какой период какого поведения следует от него ожидать. То есть быть реалистами и при этом любящими, терпеливыми и уважающими своего ребенка родителями.

Научить ребенка дисциплине - одна из основных задач родителей. К сожалению, многие мамы и папы не утруждают себя тем, чтобы ставить перед ребенком рамки дозволенного. Некоторые бывают настолько подавлены плохим поведением ребенка, что не знают, с какого бока к нему подступиться. Другие считают, что устанавливать рамки дозволенного вовсе не обязательно, и перекладывают эту обязанность на плечи соседей, друзей, родственников, а чаще всего воспитателей или учителей. В большинстве случаев родители не решаются быть строгими к ребенку из-за того, что боятся потерять его любовь. Вместо того чтобы поставить ребенка на место, они игнорируют его плохое поведение со словами: "Дети есть дети". Помните, установление рамок дозволенного целиком лежит на ответственности родителей, процесс воспитания нельзя пускать на самотек или откладывать на потом.

Часто родители сомневаются, правильно ли они воспитают ребенка: "Может быть, я слишком строг или, наоборот, слишком мягок? Или я требую слишком много?" Родители всегда расстраиваются, если их ребенок начинает плохо себя вести в публичном месте. Им кажется, что они допустили какую-то ошибку в воспитании, и теперь их чадо ведет себя хуже всех. Поскольку окружающие часто судят родителей по поведению их ребенка, они приходят в ужас, если малыш начинает хулиганить на людях. Такая реакция естественна. С другой стороны, родители должны понимать, что плохое поведение присуще маленьким детям. Ребенок понимает, как следует себя вести, а как нет, испробовав все модели поведения, и "плохие" и "хорошие", и исходя из реакции окружающих, делает выводы, а также дальнейший выбор.



В процессе воспитания родители должны руководствоваться возрастом ребенка и его способностями к восприятию.

Малыш, которому не исполнилось еще двух лет, требует постоянного внимания и напоминаний. В то время как четырех- или пятилетний ребенок уже обладает способностью самоконтроля и понимает, что хорошо, а что плохо. Методы, которые применяют к более взрослым детям, к примеру, остановиться и задуматься о собственном поведении, не подходят к маленьким, которые еще не понимают, чего плохого они сделали, или не в состоянии запомнить правил поведения.

У трехлетних или у детей чуть младше чрезвычайно сильна жажда познания окружающего мира. Им крайне необходимо до всего прикоснуться и делать многие вещи самим, поэтому они не думают об ограничениях. Поскольку сиюминутные желания маленьких детей настолько велики, и они живут только здесь и сейчас, малыши редко понимают, что делают что-то неправильное, даже если им об этом и говорили по несколько раз. Если детям в этом возрасте постоянно напоминать о том, что те делают что-то плохое, они будут удивляться и огорчаться.

Вместо того чтобы давать наставления, лучше все время быть рядом с маленьким ребенком, общаться с ним и следить за тем, чтобы он не натворил бед. Если за детьми не следить, то они теряют чувство правильного и неправильного поведения. Пусть родители будут рядом и следят за игрой ребенка, поправляют его при необходимости, например, словами: "Давай поиграем в другую игру, эта слишком опасна". Если слова не помогают, необходимо постараться отвлечь ребенка от того, что он делает, предложив ему что-нибудь другое. "Я не могу позволить тебе залезать на стул, он может опрокинуться. Залезай на диван и играй на нем". Подобная хитрость часто действует безотказно, ведь переключить внимание ребенка с одного предмета на другой очень легко, особенно если последний ему кажется таким же интересным, как и первый. Еще один хороший прием - связывать ограничения с каким-либо родом деятельности. Маленькие дети хорошо прослеживают цепочку "желаемое - следствие": "Если хочешь покататься на велосипеде, катайся во дворе" или "Если хочешь пойти на улицу, надень куртку".

Дети до трех лет любят противиться ограничениям и говорить "нет" не только потому, что они хотят продолжить игру, но и потому, что им необходимо отстаивать свою независимость и открывать свои новые способности. **Зачастую родители ставят бессмысленные ограничения, потому что не знают об уровне способностей своего малыша.** Так, например, отец запретил трехлетней девочке брать отвертку, потому что она острая. Девочка начала плакать, и тогда отец позволил ей взять отвертку, сел рядом и проследил за действиями ребенка. Девочка была счастлива, а отец понял, что запрет был напрасным и что он может не волноваться за безопасность дочери.

Обычно родители знают, как именно должен вести себя их ребенок. Если что-то выбивается из их схемы, они начинают сердиться, любовь к



ребенку как будто улечивается. А поскольку малышу необходимо одобрение родителей, он сильно расстраивается, когда видит, что те им недовольны. Маленький ребенок не может разделить свои поступки от самого себя, поэтому ему кажется, что плохой он сам, а не то, что он сделал. Негодование родителей всегда заставляет ребенка изменить поведение и побежать к ним навстречу в поисках объятий.

Четырех- или пятилетние дети ведут себя по-другому. После того как ребенка одернули, он начинает злиться, его уязвленное самолюбие требует отпущения, и ребенок начинает проверять, насколько далеко он может зайти в своем непослушании. Тем не менее и в этом возрасте дети чрезвычайно нуждаются в родительской поддержке, любви и ласке.

Воспитывать четырех-, пятилетних детей можно и словами, и отвлечением внимания, но поскольку они, в отличие от маленьких детей, уже понимают связь между поступком и результатом, можно применять и другие методы. Если четырехлетний ребенок разозлился и стал агрессивным, родители могут попробовать отвлечь его внимание. Если после этого ребенок не успокоился, нужно сказать строгим голосом: "Твое поведение отвратительно. Будешь продолжать в том же духе, играй одна в своей комнате". Потом можно прибавить, что, как только ребенок успокоится, он может выйти из своей комнаты к родителям.

В подобной ситуации лучше сделать так, чтобы ребенок сам определил то время, которое он пробудет в своей комнате. Если родители ставят ограничение, но при этом не указывают точного времени, ребенок возвращается, когда успокоится. Если же они ставят четкие временные рамки, например, двадцать минут или полчаса, за это время ребенок может забыть, зачем его отправили в детскую, и заиграться. Даже пятнадцать минут достаточно долгий срок для ребенка. Отсутствие четких временных рамок в наказании не отнимет вашего свободного времени, оно необходимо только для изменения поведения ребенка. С другой стороны, если ребенку была дана возможность самому устанавливать время своего "тайм-аута", а он так и не успокоился, за родителями остается право поставить ограничение времени самим.

Часто родители наказывают четырех-, пятилетних детей тем, что отнимают у них игрушки и привилегии. Такие наказания имеют смысл, когда плохое поведение было непосредственно связано с тем, что у ребенка отняли. К примеру, если ребенок балуется с велосипедом, разумно будет отобрать его у ребенка на некоторое время. Ребенка, который кидается в других песком, стоит лишить привилегии играть в песочнице на один день. Перед тем как наказать ребенка, родители должны предупредить его, если он не изменит своего поведения, то лишится игрушки. Не следует отнимать игрушку или лишать привилегии на длительное время. В этом случае ребенок будет думать не о собственном плохом поведении, а о несправедливости родителей. Смысл такого наказания заключается в том, чтобы показать ребенку связь между баловством, велосипедом и его утратой. Как правило, такие связи помогают предотвратить повторения неправильных поступков.



Разумеется, найти удачную связь не всегда легко. Если ребенок ударил своего брата, что должны в таком случае сделать родители? Поэтому часто родители отнимают то, что не связано с данной ситуацией, любимую игрушку, привилегию или лишают сладкого. Несмотря на то что сладкое не лучший предмет для наказаний, родители часто прибегают к этой уловке и с удовольствием замечают изменения в поведении ребенка. Правда, происходит это не потому, что ребенок понял свою вину, но потому, что он хочет избежать наказания.

Когда вы хотите лишить ребенка чего-нибудь в качестве наказания, помните, что связующий предмет возникнет вскоре после проступка. Таким образом, ребенок узнает, что любой поступок имеет последствия и что его родители всегда начеку. Если же вы скажете ребенку за завтраком, что вечером его ждет наказание, он наверняка надеется, что за день вы передумаете или вовсе забудете о своих намерениях.

Одна девочка плохо вела себя во время обеда в кафе, и мама пригрозила ей: "Будешь и дальше вести себя так, ляжешь сегодня спать в семь часов". Девочка все равно продолжала шалить и в ответ получила: "Так-так. Не в семь, а в половине седьмого". Наказание казалось таким далеким и зловещим, что девочка, не зная, что ей делать, продолжала шалить дальше. Вместо того чтобы откладывать наказание на вечер, мама должна была просто отвлечь внимание девочки. Или пригрозить, что отправит ее за другой стол, что они немедленно уйдут из кафе. В этом случае девочка поймет, что ее поведение может привести к неприятным последствиям.

Многие родители, одергивая своих расшалившихся четырех-, пятилетних детей, любят говорить: "Считаю до пяти, и ты должен быть в детской" или "Считаю до десяти, и ты будешь готов принять ванную". Таким образом, они ставят ребенку жесткие и пугающие временные рамки. Правда, если использовать подобные приемы слишком часто, со временем они перестанут действовать.

Одним из главных элементов в процессе воспитания является тон, которым родители разговаривают с ребенком. Если их голос звучит четко и уверенно, дети всегда слушаются. Если же ваш голос звучит неубедительно, в нем есть нотки сомнения, ребенок будет и дальше продолжать шалить. Наиболее подходящий тон - уважительный, но строгий. Родителям стоит говорить об ограничениях спокойным, вежливым и твердым голосом. Если же первое предупреждение не подействовало, следует лишь слегка повысить и ужесточить тон. Кричать на детей бесполезно, хотя порой бывает очень сложно удержаться от крика. Иногда помогает придвинуть ребенка поближе к себе и, глядя ему в глаза, несколько раз напомнить о запрете спокойным голосом.

Когда родители пытаются призвать ребенка к порядку, им стоит задуматься о своем настроении. Зачастую, переживание собственных проблем отражается на поведении ребенка. Обязательно скажите малышу, что вы сегодня не в духе и попросите у него прощение за неосознанные вспышки гнева. Постарайтесь остаться наедине с собой и успокоиться.



Нельзя показывать свою власть над ребенком и быть с ним жестким. Если ребенок чувствует себя все время подавленным вашим авторитетом, если он постоянно получает негативные эмоции от общения с родителями, что подвигнет его на хорошее поведение? Жестокость родителей провоцирует в ребенке гнев, агрессию и недовольство самим собой.

Постарайтесь вспомнить собственное детство. Были ли ваши родители жестоки с вами? Хотите ли вы, чтобы и ваш ребенок испытал то же неприятное чувство гнева? Обычно те родители, с которыми плохо обращались в детстве, всегда говорят, что со своими детьми они будут вести себя иначе.

Но в моменты раздражения им бывает трудно сдержаться. Помните, что ребенок учится не по вашим словам, а по поступкам. Если в вашем поведении по отношению к ребенку будут уважение и доброта, точно так же будет вести себя и он. Когда детям хорошо, они и ведут себя хорошо и помнят о тех рамках дозволенного, которые вы перед ними поставили. Уважая детей, вы тем самым учите их уважению других. Кроме того, необходимо хвалить ребенка, если он ведет себя хорошо, точно так же, как и одергивать, когда он начинает шалить.

Для того чтобы научить ребенка самодисциплине, требуется время. Понимание, что такое хорошо и что такое плохо, приходит постепенно. Четырех-, пятилетние дети еще не в состоянии выстраивать причинно-следственную цепочку. Если вы испробовали все предложенные методы, а ребенок все равно ведет себя плохо, подумайте над тем, нет ли каких-либо в это время изменений в вашей семье. Возможно, у вас родился второй ребенок, или вы переехали в другую квартиру, или кто-то в семье болеет, или произошел развод. А может быть, вы слишком мало времени проводите с ребенком. Если одна из вышеперечисленных проблем действительно имеет место, обратитесь к специалисту за профессиональным советом, как помочь ребенку.

Источник: Робин Голдстайн и Дж. Гэллант "Библия для родителей"