**Поощрение и наказание в семье.**

Молодая женщина пришла к мудрецу за советом.

- Мудрец, моему ребенку исполнился месяц. Как мне следует воспитывать свое дитя: в строгости или же в ласке?

Мудрец взял женщину и подвел к виноградной лозе:

- Посмотри на эту лозу. Если ты не будешь ее обрезать, если, жалея лозу, ты не будешь отрывать у нее лишние побеги, то лоза одичает. Потеряв контроль над ростом лозы, ты не дождешься сладких вкусных ягод. Но если ты укроешь лозу от солнца и его ласки, если не будешь заботливо поливать корни лозы, то она зачахнет и ты тоже не получишь сладких вкусных ягод… Лишь при разумном сочетании того и другого удается вырастить изумительные плоды и вкусить их сладость!

**Сегодня пойдет разговор  о поощрении и наказании детей.**

 Во все времена родителей волновали вопросы по оптимальному воспитанию детей в семье,  – каким образом поощрять и наказывать, чтобы это способствовало развитию гармоничной личности. Поощрение и наказание – простейшее из средств родительского влияния. Они предоставляют родителям возможность выражать своё отношение к поступкам ребёнка. У каждого родителя имеется своё устоявшееся мнение по поводу наказаний и поощрений ребёнка.

**Как правильно хвалить ребёнка.**

Похвала, слова одобрения повышают самооценку ребёнка, улучшают детско–родительские взаимоотношения. Чтобы ребёнок лучше учился, помогал по дому, хорошо себя вёл иногда достаточно просто чаще его хвалить. Взрослый человек, получавший в детстве поддержку от своих родителей, чувствует себя уверенно в любой деятельности и добивается успехов.

Но можно получить и совершенно противоположный эффект, если хвалить ребёнка неправильно. Например, несправедливая похвала не приносит чувства удовлетворения, не вызывает гордости за себя, а наоборот, может вызвать чувство вины. Захваливая ребёнка, мы рискуем сформировать у него зависимость от мнения окружающих. И тогда ребёнок (и даже став взрослым человеком) начинает делать что-то только ради оценки. Он уже делает это не для себя и не ради самой деятельности, а только ради того, чтобы его оценили, похвалили, одобрили. Негативная оценка, критика его деятельности в таком случае будет восприниматься очень болезненно.

Если родители воспитывают ребёнка только с помощью одобрения и порицания, это больше похоже на дрессировку. Ребёнок чувствует себя хорошим, только когда делает то, что требуют от него родители. Его не принимают таким, какой он есть, любовь родителей зависит от поступков ребёнка.

**Как же всё-таки нужно хвалить ребёнка, чтобы эффект от этого был положительным?**

***1.         Хвалите не личность, а поступок.***

Вместо слов «ты молодец, умница», скажите «ты хорошо сделал». Ребёнку трудно соответствовать идеалу, быть на 100% хорошим. А если вы его таким назвали, то у него может появиться тревога, как бы не разочаровать вас. За то, когда хвалят конкретное дело, становится ясно – именно так делать и надо. Это не значит, что ребёнка никогда нельзя называть умницей или молодцом, просто оставьте эти слова на тот случай, когда вам захочется выразить своё особое восхищение поступками ребёнка.

***2.         Хвалите адекватно.***

У детей обострённое чувство справедливости. Если вы станете слишком восхищаться каким-то незначительным успехом, ребёнку может быть даже неприятна эта лесть. Не хвалите за то, что у ребёнка всегда и так хорошо получается. Это тоже прозвучит как лесть, кроме того, это не будет движущей силой к тому, чтобы ребёнок старался, прилагал усилия, совершенствовал свои умения.

***3.         Не хвалите за природные данные (за красоту),*** ведь это не заслуга ребёнка и ваше одобрение здесь ничему не научит и не заставит ребёнка стремиться к каким-то достижениям.

***4.         Говорите о деталях.***

Уточняйте, что именно удалось ребёнку лучше всего. Например, фраза «Ты так выразительно прочитал стихотворение» - лучше, чем просто «Хорошо справился». Это даст ребёнку представление о его сильных сторонах, покажет, в чём именно он может преуспеть и в каком направлении ему нужно развиваться.

***5.         Не используйте слово «неплохо»,*** это воспринимается как безразличное отношение, оценка три, «не плохо, не хорошо». Если хотите действительно похвалить, скажите, что работа сделана хорошо, качественно, на должном уровне, достойно, как следует.

***6.         Сравнивайте ребёнка с ним же самим.***

Это значит, что нужно отмечать то, в чём ребёнок добился успеха по сравнению с его прошлым опытом. Например, если у ребёнка некрасивый, неаккуратный почерк и вдруг он написал одну строчку (или даже одно слово) красиво, то стоит это отметить: «Эта строчка у тебя очень красиво получилась»

***7.         Не «перечёркивайте» похвалу критикой.***

Например, фраза «Эта строчка у тебя очень красиво получилась, не то что все остальные» уже не будет звучать одобрительно, а скорее наоборот. Закончите на «радостной ноте».

***8.         Не сравнивайте ребёнка с другими даже в его пользу,*** т.к. впоследствии ребёнок станет сам сравнивать себя с другими. Всегда есть кто-то лучше, и кто-то хуже нас, каждому человеку нужно развиваться в своём темпе и в своём направлении. Сравнение нередко обижает ребёнка, заставляет завидовать или делает ребёнка тщеславным.

***Как ещё можно отреагировать на достижения ребёнка вместо традиционной похвалы:***

1.         Вместо похвалы можно просто проявить заинтересованность. Например, красивый рисунок или поделку можно обсудить, спросить о его персонажах (что изображено, кто это, что делает и т.д.). Часто это даже намного приятнее и полезнее, чем слово «молодец». Ребёнок чувствует внимание к себе и учится рассуждать.

2.         Вместо традиционной похвалы – поделитесь своими эмоциями. Например, «я так рада, что ты получил пятёрку», «Мне очень приятно, что ты навёл порядок в своей комнате». Ребёнок будет доволен тем, что подарил родителям положительные эмоции.

3.         Иногда вместо похвалы можно просто поблагодарить ребёнка за какое-либо дело, и ребёнок сам сделает вывод о том, что он хороший, потому что сделал что-то, за что родители ему благодарны.

4.         Вместо слов, можно показать своё одобрение взглядом, улыбкой, объятием. Такие знаки внимания могут быть более ценными, более красноречивыми, чем слова.

5.         Помогите ребёнку самому оценить свой труд, задавая наводящие вопросы: «Что тебе было сложнее всего?», «Что тебе нравится в твоей поделке/ рисунке и т.д.?» Таким образом, вы поможете ребёнку научиться самостоятельно оценивать результаты своей деятельности, что гораздо полезнее внешней оценки. У ребёнка будет формироваться адекватная самооценка и способность видеть пути решения проблем.

|  |
| --- |
| Если вам кажется, что хвалить ребёнка совершенно не за что, скорее всего, вы предъявляете к ребёнку завышенные требования. Нужно пересмотреть своё отношение к успехам ребёнка. Хвалите за любые мелочи и даже впрок, ребёнок поверит в себя и поводы для похвалы обязательно появятся.  ОДНАКО! Родители, которые слишком много и часто хвалят ребёнка, рискуют вырастить эгоиста, который только и будет заниматься самолюбованием.  **В похвале, как и во всём, нужно найти золотую середину и руководствоваться здравым смыслом.** |

**Нужно ли наказывать ребёнка?**

Без поощрения и наказания трудно представить себе воспитание ребёнка. Однако, используя и то и другое, необходимо помнить, что главное в воспитании ребёнка – ***это любовь, уважение и принятие.*** Без этих трёх составляющих воспитание «кнутом и пряником» больше напоминает дрессировку.

Многие родители отдают предпочтение  наказанию и теперь мы поговорим о наказаниях. Наказания можно определить так: это лишение ребёнка того, что для него важно и будет воспринято как ощутимая потеря. Наказания, которые обычно применяют большинство родителей, можно разделить на пять категорий.

***Потеря привилегии.***Это очень эффективная форма наказания. Данная система предполагает, что ребёнок штрафуется, лишается привилегий или важных для него занятий, если не выполняет определённые поручения или совершает проступок. Это эффективная мера наказания, однако, важно учитывать несколько моментов:

·         Надо чётко определить поведение, подлежащее штрафу, и обозначить цену возможной провинности.

·         В случае проступка, необходимо последовательно применять систему штрафов и потерю привилегии.

·         Доказано, что эта система бывает максимально эффективна, если параллельно ей ребёнок может получать поощрения или вознаграждения за положительное поведение.

·         Остерегайтесь нереальных или слишком суровых наказаний*.*

***Запрет на приятные для ребёнка занятия.***Часто называется наказанием тайм-аутом. Чтобы наказания тайм-аутом было эффективным, у ребёнка должно быть какое-то приятное ему занятие, увлечение, которого он будет лишён подобным наказанием. Чтобы использовать этот приём с успехом, надо учитывать ряд условий:

·         Вы должны ясно обозначить, за какую провинность последует наказание.

·         Провинность должна определяться очень чётко. Например: “Я больше не хочу терпеть ваши ссоры, под ссорами я понимаю, что вы дразните, друг друга и обзываете”. Теперь ребёнок знает, какое именно поведение разрешается тайм-аутом.

·         Далее делается предупреждение: “Я делаю тебе первое предупреждение. После третьего предупреждения случится то-то и то-то”. Кроме того, ребёнок должен знать, на какой период ему будет запрещено то или иное занятие, и что он должен сделать, чтобы выйти из тайм-аута. Процедуру тайм-аута надо проводить последовательно, с невозмутимым видом без эмоций, и применять меру, которая была заранее объявлена.

***Лишение поощрения.***Если в семье применяется система поощрений и ребёнок не получает награды, потому что не делает того, чего от него требуют родители, это может рассматриваться как наказание. Неполучение награды само по себе является действенной мерой.

***Вербальные наказания****.*Если родители кричат на ребёнка, обзывают его, упрекают, читают нотации – это очень неэффективная форма наказания. Дети умеют отключать внимание, пропуская излияния родительского гнева мимо ушей.

***Физическое наказание.***Физическое наказание подразумевает управление ребёнком посредством запугивания. Иначе говоря: “Я сильнее тебя, поэтому могу делать с тобой что хочу”. Родители физически наказывают детей по двум причинам: либо не знают других способов (их самих в детстве наказывали), либо от безысходности – когда их переполняет чувство гнева. Чаще всего физические наказания применяются для того чтобы выместить свой гнев. Ребёнка такие методы не воспитывают, они запугивают и унижают! И возможно, ребёнок будет вести себя хорошо из страха наказания, но это не значит, что он усвоил нормы и правила поведения. Однако, можно достичь цели, используя множество разных методов наказания, избегая физических.

О чём нужно помнить, прибегая к наказаниям. Существует ряд условий, которые необходимо соблюдать, чтобы сделать наказание эффективным средством, позволяющим свести до минимума поведенческие проблемы.

·         Используйте наказание в сочетании с поощрениями.

·         Скажите ребёнку, что необходимо сделать, чтобы наказание было снято.

·         Индивидуализируйте наказания.

·         Наказывайте поведение, а не самого ребёнка.

·         Сохраняйте холоднокровие.

·         Не злоупотребляйте наказаниями.

***Главные принципы наказания:***

- оно не должно быть унизительным, уважайте личность ребёнка;

- наказание будет действенным, когда оно является естественным следствием проступка (например, вовремя не убрал в комнате – не идёшь в гости, потому что нет на это времени, тебе нужно навести порядок);

- наказание должно быть адекватно проступку (за мелкую провинность достаточно сделать выговор; за один проступок – одно наказание);

- если сомневаетесь – наказывать или нет – не наказывайте (иногда прощение родителей действует на ребёнка лучше всякого наказания; когда ребёнок понимает, что его простили, он испытывает гамму чувств: благодарность, чувство вины, он чувствует, что его понимают);

- если ребёнок болеет, сильно устал, испытал стресс, его нельзя наказывать (ребёнка с заниженной самооценкой нельзя наказывать и ругать).

|  |
| --- |
| Уважаемые родители, поощрения и наказания — важные рычаги воспитания. Формируясь как личность, ребенок совершает выбор, а с этим — судьбу. Посеешь поступок — пожнешь судьбу. И он выбирает сам, выбирает похвалу или наказания. Он выбирает поощряемый или осуждаемый путь. Выбирает очень рано, еще неосознанно. И это — самое важное. Ребенок, сам того не ведая, своими поступками, своим отношением к  поощрениям и наказаниям делает первые шаги на пути формирования характера. Родители, поощряя и наказывая, формируют характер ребенка. А каков характер, такова во многом судьба человека. |