

СЕМЬ «ЗОЛОТЫХ» ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ

1. *Наказание не должно причинять вреда – физического или психологического.*

2. *Нельзя наказывать «для профилактики»!* Наказание должно следовать только за реальным поступком и только в том случае, если другого способа донести информацию до ребёнка вы действительно не видите.

3. *Наказание должно быть одно.* Даже если дитя натворило сто бед подряд, наказание должно быть единым, сразу за всё. Применять целый «комплекс» карательных мер недопустимо!

4. *Наказание не должно отменять награды: нельзя лишать ребёнка того, что уже было подарено ему прежде.* Нельзя в качестве наказания нарушать данные ему ранее обещания.

5. *Наказание должно следовать сразу за «преступлением».* Нельзя наказывать ребёнка за то, что он совершил месяц назад, пусть вы даже и узнали об этом только что. Наказание должно быть разовой и непродолжительной акцией, его нельзя растягивать надолго. Натворил – наказали – и точка. Нельзя вновь возвращаться к уже исчерпанному вопросу.

6. *Наказание должно быть неприятным для ребёнка, но ни в коем случае не унижительным!* Ребёнок должен понимать, что наказание связано именно с проступком, что это не пустая демонстрация родительской власти. Справедливость – едва ли не главная характеристика «правильного» наказания.

7. *Наказание не должно быть шантажом.* Нельзя манипулировать чувствами ребёнка, предупреждать, что вы будете огорчены его поведением. Если больше всего ребёнок будет бояться огорчить любимую мамочку, он либо станет задерживаться в развитии, либо довольно быстро научиться вас обманывать.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

- Ребёнок ни в чём не виноват перед вами. Ни в том, что появился на свет. Ни в том, что создал вам дополнительные трудности. Ни в том, что не оправдал ваши ожидания. И вы не вправе требовать, чтобы он разрешил ваши проблемы.
- Ребёнок – не ваша собственность, а самостоятельный человек. И решать его судьбу, а тем более ломать по своему усмотрению ему жизнь, вы не имеете права. Вы можете лишь помочь ему выбрать жизненный путь, изучив его способности и интересы и создав условия для их реализации.
- Ваш ребёнок далеко не всегда будет послушным и милым. Его упрямство и капризы так же неизбежны, как сам факт присутствия в семье.
- Во многих капризах и шалостях ребёнка повинны вы сами. Потому что вовремя не поняли его. Пожалели свои силы и время. Стали принимать его через призму несбывшихся надежд и просто раздражения. Требовали от него того, что он просто не может вам дать – в силу особенностей возраста или характера. Короче – не желали принимать его таким, каков он есть.
- Вы должны всегда верить в то лучшее, что есть в ребёнке. В то лучшее, что в нём ещё будет. Не сомневайтесь в том, что рано или поздно это лучшее непременно проявится. И сохранять оптимизм во всех педагогических невзгодах.

СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, НЕ ЧУВСТВУЮЩИХ ЛЮБВИ К СВОЕМУ РЕБЁНКУ

Не стремитесь к виртуозному исполнению материнской роли. Позвольте себе быть несовершенной – ведь ни один человек не способен постоянно любить или ненавидеть. В общении с ребёнком нет и не может быть запрещённых эмоций. Но при одном условии: он не должен сомневаться в безусловности вашей любви. Малыш должен чувствовать, что ваше недовольство, раздражение или гнев вызваны его поступком, а не им самим. Ваш ребёнок не может быть плохим, потому что он ребёнок и потому что он ваш.

Три способа открыть ребёнку свою любовь.

1. Слово.

Называйте ребёнка ласковыми именами, придумывайте домашние прозвища, рассказывайте сказки, пойте колыбельные, и пусть в вашем голосе звучит только нежность.

2. Прикосновение.

Иногда достаточно взять ребёнка за руку, погладить по волосам, поцеловать, чтобы он перестал плакать и капризничать. А потому как можно больше ласкайте своего ребёнка. Не обращая внимания на советы многоопытных родителей. Психологи пришли к выводу, что физический контакт с матерью стимулирует физиологическое и эмоциональное развитие ребёнка. Переласкать его, считают психологи, невозможно.

3. Взгляд.

Не разговаривайте с ребёнком стоя к нему спиной или вполоборота. Не кричите ему из соседней комнаты. Подойдите, посмотрите ему в глаза и скажите то, что хотите.

ПЯТЬ РЕЦЕПТОВ ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ ГНЕВА

1. Наладьте взаимоотношения со своим ребёнком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:

- слушайте его;
- проводите с ним как можно больше времени;
- делитесь с ним своим опытом;
- рассказывайте о своём детстве, победах и неудачах.

2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под воздействием стресса и вас легко вывести из равновесия:

- отложите или отмените совместные дела с ребёнком;
- старайтесь не прикасаться к нему в минуты раздражения;
- выйдите из комнаты, в которой находится ребёнок.

3. Если вы расстроены, дети должны знать об этом, говорите им прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях. Когда вы расстроены и разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить.

4. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев:

- не давайте играть ребёнку с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите;
- не позволяйте выводить себя из равновесия, учитесь предчувствовать наступление срыва.

5. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь учесть возможные нюансы и подготовить ребёнка к предстоящим событиям:

- изучите силы и возможности вашего ребёнка (например, как долго он может быть занят одним делом, может ли сконцентрировать внимание);
- если вам предстоит первый визит, например, к врачу, отрепетируйте его заранее, объяснив ребёнку необходимость данного визита.

Дети многому учатся у взрослых, и, к сожалению, не только хорошему, но и плохому. Поэтому начните заниматься самовоспитанием. Надеемся, что данные рекомендации вам помогут.

ЧЕТЫРЕ ЗАПОВЕДИ МУДРОГО РОДИТЕЛЯ

Ребёнка нужно не просто любить, этого мало. Его нужно уважать и видеть в нём личность. Не забывайте также о том, что *воспитание* – процесс «долгоиграющий», мгновенных результатов ждать не приходится. Если малыш по каким-то причинам не оправдывает ваших ожиданий, не кипятитесь. Спокойно подумайте, что вы можете сделать, чтобы ситуация со временем изменилась.

1. Не пытайтесь сделать ребёнка самого-самого.

Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо всё знал и умел. Даже самые взрослые и мудрые на это неспособны. Например, никогда не говорите: «Вот Маша в 4 года уже читает, а ты?!». Наверняка найдётся хоть одно дело, с которым он справляется лучше других. Так похвалите его за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!

2. Не сравнивайте вслух ребёнка с другими детьми.

Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию. Если разговор о том, что какой-то ребёнок непревзойдённо играет на скрипочке, происходит в присутствии вашего ребёнка, а в ответ вам похвалиться нечем, лучше всё равно что-нибудь скажите. Важно, чтобы ваш ребёнок знал: вы любите его таким, какой он есть!

3. Перестаньте шантажировать.

Навсегда исключите из своего словаря такие фразы: «Вот, я старалась, а ты...», «Я тебя растила, а ты...». Это называется шантаж. Самая нечестная попыток устыдить. И самая неэффективная.

4. Избегайте свидетелей.

Если действительно возникает ситуация, ввергающая вас в краску, нужно твёрдо и решительно увести его с места происшествия. Чувство собственного достоинства присуще не только взрослым, поэтому очень важно, чтобы разговор состоялся без свидетелей. После этого спокойно объясните почему так делать нельзя. Вот тут призвать ребёнка к стыду вполне уместно. Ведь на определённом этапе жизни эта эмоция играет важную и полез-

ную роль тормоза, не позволяющего совершать неблагоприятные поступки.

ПЯТЫЕ РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ

Действенная любовь (симпатия, уважение, близость). Формула семейного воспитания при этом такова: хочу, чтобы мой ребёнок был счастлив, и буду помогать ему в этом. Действенная любовь включает активное внимание к интересам ребёнка, принятие его как самостоятельной личности, тёплое эмоциональное отношение.

Отстранённая любовь (симпатия, уважение, но большая дистанция в общении). Воспитание осуществляется по формуле: смотрите, какой у меня прекрасный ребёнок, жаль, что у меня так мало времени общения с ним. Родители высоко оценивают ребёнка, особенно его успехи и способности, но это сочетается с незнанием его душевного мира, с неумением помочь в его проблемах.

Действенная жалость (симпатия, близость, но отсутствие уважения). Формула такова: хотя мой ребёнок недостаточно умён и развит, но всё равно я его люблю. Для этого стиля характерно признание действительных отклонений в умственном или физическом развитии ребёнка, в результате чего родители начинают чрезмерно опекать, не веря в его способности и возможности, не доверяя ребёнку.

Снисходительное отстранение (симпатия, неуважение, большая дистанция в общении). Воспитание по принципу: нельзя винить моего ребёнка в том, что он недостаточно умён и развит. Родителям свойственно не вполне осознанное оправдание личностных особенностей ребёнка его наследственностью, условиями рождения. Они как бы признают за ребёнком право на неблагополучие и несчастье и при этом не особенно стремятся предотвратить это, не

вмешиваются в его дела и плохо осведомлены о его переживаниях и внутреннем мире.

Отвержение (антипатия, неуважение, большая дистанция в общении). Подобное отношение встречается достаточно редко, его формула: ребёнок меня раздражает, не хочу иметь с ним дела. Родитель холоден и неприступен даже тогда, когда ребёнок нуждается в помощи и поддержке.

Презрение (антипатия, неуважение и малая дистанция в общении). Такое отношение соответствует формуле: я мучаюсь и страдаю оттого, что мой ребёнок так неразвит, неумен, неприятен другим. Родитель обычно не замечает в ребёнке ничего положительного, игнорирует любые достижения, но в то же время мучительно переживает свою связь с таким неудачником. Для родителей характерно признание своего бессилия и переадресация ответственности специалистам для исправления.

Преследование (антипатия, уважение, близость). Формула: мой ребёнок негодяй, и я докажу ему это! Родители пытаются строгостью и жестоким контролем переломить ребёнка, выступают инициаторами привлечения к воспитанию общественности.

Отказ (антипатия, уважение, большая дистанция в общении). Родители живут по формуле: я не хочу иметь дело с этим негодяем. В воспитании преобладает отстранение от проблем ребёнка, родители как бы издали следят за ним, признавая его силу, ценность некоторых личностных качеств. В поведении родителей просматривается не вполне осознанный призыв: оградите нас от этого чудовища.