

«Внимание: поощрения и наказания».

Нередко родители задают вопросы психологу детского сада о воспитании, одним из популярных становится вопрос, о наказании и поощрении. Часто спрашивают: «За какие поступки стоит хвалить ребенка? А как не разбаловать ребенка поощрениями? За что нужно наказывать? С какого возраста наказывать? Как правильно наказывать ребенка, что бы он понял и осознал свою вину?»

А вы хотите узнать что эффективнее: поощрения или наказания? Об этом всё по порядку...

Наши детки совершают хорошие и плохие поступки. Чаще всего плохой поступок ребенка можно назвать **проступком**. Существует несколько видов детских проступков:

Невольные поступки, т. е. это такие поступки, которые совершаются детьми в силу неведения, отсутствия житейского опыта или необходимых полезных привычек. *Например, мама ругает Сережу за то, что он сломал машину. А он ее не ломал, а пытался ее "починить" и узнать, что находится внутри.*

Такой проступок ребенок совершает не специально, таким образом, он изучает окружающий мир, пытается заглянуть во внутрь вещей. Наказание в данном случае будет несправедливым и не принесет пользы. В данном случае справедливо будет ограничиться терпеливым разъяснением неизвестной ему нормы.

Проступки-шалости, которые являются вариантом игры. *Например, трехлетний Коля говорит: «Я — волк, я буду кусаться». Он начинает рычать, хватает зубами кофту, юбку бабушки, а потом больно кусает за руку. Коля в этом случае всего лишь передавал злой образ волка в игре. Дети в игре мыслят иными категориями, чем мы, взрослые. Наказание в этом случае будет не уместным, эффективнее будет объяснить ребенку, что такая игра огорчила бабушку, которая пострадала от сердитого волка.*

Одними из распространенных проступков являются **проступки, вызванные утомлением ребёнка**, перевозбуждением его нервной системы. *Например, часто случается ситуация, когда к вам приходят хорошие знакомые, друзья со своими детьми. Дети начинают носиться по квартире как ураган, ни какие замечания не воспринимают. Это происходит, потому что дети перевозбуждены, обязательно после такой игры надо переключить детей на спокойную деятельность: почитать книгу, посмотреть спокойный мультфильм, а не кричать, стыдить и*

обвинять детей за их поведение. В силу развития нервной системы дети не могут сами остановиться и наказания в таких случаях приносят только вред. Желательно ребенку после таких игр набрать успокаивающую ванну.

Среди проступков детей выделяют **преднамеренные проступки**, когда ребёнок сознательно игнорирует разумные требования отца и матери, когда игнорирует общепринятые нормы поведения. Именно за такие проступки дети должны понести наказание, так как они совершены ребенком осознанно.

Наказание применяется для того, чтобы предотвратить плохой поступок или поведение ребенка в дальнейшем, объяснить, что в дальнейшем подобный поступок недопустим. Вопрос о наказании должен решаться только тогда, когда ребенок нарочно нарушил запрет или правило, обидел кого-то или взял чужое без спроса.

Родители используют в воспитательных целях разные виды наказаний, среди них распространены **физические наказания – битье ремнем, подзатыльники, пощечины, шлепки рукой или любым другим предметом**. Если вы бьете ребенка - это нельзя назвать воспитанием. Это скорее показывает вашу беспомощность, ваше нежелание утруждать себя размышлениями и попытками что-то понять, вашу черствость, безответственность. Такой вид наказаний может оказать влияние на ребенка за любой проступок. Ребенок, который упрямился, быстро подчиняется, просит прощения, проявляет покорность и послушание. При этом родители не задумываются, что подчиняется и просит прощения не их ребенок, а его инстинкт самосохранения и эмоция страха. По статистике после физического воздействия дети продолжают безобразничать, только лишь исподтишка и в отсутствие взрослого, который наказывает ребенка физически. Дети учатся врать, "сваливают" вину на другого, чтобы избежать наказания.

Ребенок, к которому применяют такие методы воздействия, чувствует оскорбление, унижение, испытывает неприязнь к обидчику, замыкается в себе, у него развиваются страхи. При частом битье ребенок чувствует ненависть к самому себе и окружающим. Такие наказания учат детей, как использовать силу и жестокость для решения проблем и конфликтов. Ребенок может мстить тем, кто слабее его — младшим детям, животным, игрушкам, а в последующем могут перенести такой отрицательный опыт в свою семейную жизнь. В процессе подобного «воспитания» ребенок становится трусливым, подлым. Это может безвозвратно надломит волю ребенка, превратить его в покорную, подчиняемую личность. Задумайтесь, ведь именно такие дети особенно подвержены влиянию чужого примера, именно они

чаще всего попадают в окружение негативного лидера, поддаются его воздействию.

Одним из распространенных наказаний являются наказания словом – крик, нотации, угрозы, насмешки, обзывательства. Крик – неприемлемое наказание. Внешняя цель крика – добиться нужного поведения ребёнка. Внутренняя цель – выплеснуть собственные эмоции.

Крик как форма донесения информации не эффективна, потому что большинство детей не воспринимают слова взрослого, когда на них кричат, в этот период ребенок испытывает сильнейший стресс, особенно девочки, и не может осознать свою вину.

Если родители привыкли криком заставлять ребенка отказываться от выполнения каких-либо действий, то он никогда не станет успешным человеком, умеющим защитить себя и отстаивать свои позиции. Он будет бояться всех, кто обратится к нему, повышая голос, или кто кажется ему сильнее его самого. Частое использование таких наказаний приводит к тому, что ребенок становится не способным понимать чувства другого человека, у него формируется чувство страха. В последующем дети привыкают к родительским окрикам, и крик не воспринимается как форма воздействия. А в подростковом возрасте дети считают нормой повышать голос на друзей, учителей, родителей, что приводит к конфликтам.

Кричать имеет смысл, когда ребенок подвергает свою жизнь опасности или его действия угрожают жизни других.

Есть такое наказание в арсенале родителей, как «угроза». Угрожая ребенку, родитель страшит, создает опасность и сам формирует у ребенка чувство незащитности, тревожности, неуверенности в себе и своих силах. Ребенок становится скрытным, он пытается найти защиту, например, просит не выключать свет на ночь. Никогда не запугайте ребенка волком, милиционером, врачом или чужим дядей. Не говорите ребенку, что его кто-то из них заберет или утащит! В детской голове появятся мысли о том, что когда он один, он не в безопасности.

Ни в коем случае, нельзя говорить ребенку, что вы его кому-либо отдадите. Ребенок в возрасте 3-7 лет еще не может отличить просто угрозу от действия. Ему сложно понять, что вы, на самом деле, ни когда никому его не отдадите. Такие угрозы порождают страх потери родителей, ребенок боится остаться один.

Бесконечные нотации – еще один вид наказаний. Часто взрослые не в состоянии ограничиться коротким и энергичным замечанием. Им почему-то кажется, что пространная и солидно аргументированная речь произведет большее впечатление. На самом деле большая часть сказанных вами слов прошла мимо ушей, потому что в силу возраста ребенок не может слушать более 3-х минут обращенную к нему речь взрослого, стоять неподвижно и смотреть на него.

Насмешки и обзывательства - слишком сильное наказание для детей. Если ребенка высмеивают, он становится замкнутым и закомплексованным. Обзывая ребенка, вы его унижаете. Нельзя ни в коем случае высмеивать планы и идеи ребенка, тем самым вы обесцениваете его чувства.

Наказание трудом – чтение книг, прописывание букв или цифр, уборка по дому. Если вы приучили малыша читать из-под палки, если это занятие превратилось для него в наказание, он никогда не сядет за книгу сам. Если работа по дому для него плата за проступок, то он вряд ли когда-нибудь предложит вам свою помощь. Подобные наказания могут на всю жизнь закрепить негативное отношение к труду, учебе и чтению. Наказывать трудом можно лишь в том случае, если ребенок сам порвал книгу, запачкал стол (т. е он должен исправить свой проступок) но и в этом случае ему нужно оказать помощь.

Наказание изоляцией – угол, молчание, бойкот, стул, одиночество в отдельном помещении. Ребенка можно посадить на стул или поставить в угол, чтобы он мог подумать о своем поведении и успокоится. Для того чтобы понять свою вину, ребенку дается столько минут, сколько ему полных лет.

Если вы изолируете ребенка в отдельное помещение, то оно не должно является его спальней или кухней, потому что у ребенка возникают отрицательные эмоции с этим местом, что впоследствии может проявиться в виде бессонницы, кошмаров или плохим аппетитом.

Лишение ребенка части родительской любви. Такая форма воздействия чрезвычайно сильно действующая, и применять ее нужно с большой осторожностью. Временная утрата любви будет действительна для такого ребенка, который постоянно чувствует родительскую заботу и любовь. Нельзя объявлять бойкот на длительное время.

Лишением приятного – сладостей, просмотра телевизионных передач, отказ от совместной деятельности, ритуалов, гостей – самый приемлемый способ регулировать поведение ребенка. Лучше наказывать, лишая его хорошего, чем делать ему плохо. Отказ ребенку вправе участвовать в таком деле – осязаемое наказание.

Не забывайте о том, что ребенка нельзя лишать еды, но можно исключить лакомство. Нельзя лишить прогулок на свежем воздухе и общения с другими детьми.

Часто, чтобы изменить нежелательное поведение ребенка достаточно выяснить и устранить причину.

Чаще всего детское непослушание всегда имеет свои причины:

- если ребенок умышленно игнорирует замечания взрослого - это означает, что он хочет быть в центре внимания, чтобы на него обратили внимание взрослые;
- ребенок часто проказничает это говорит о том, что ребенок жаждет эмоциональных впечатлений;
- упрямится – свидетельство желания быть независимым;
- агрессивен – ребенок ищет способ самозащиты;
- бегают, суетится – ребенок дает выход энергии.

Как наказывать детей дошкольного возраста, чтобы воспитательное воздействие было эффективным?

- Наказание должно быть значимо для ребенка, оно должно выполняться, т. к. запугивание приводит к неверию ребенка в возможность наказания.
- Наказание не должно быть отсроченным и наказывать должен тот, в чьем присутствии произошел случай.
- За один раз – одно наказание.
- Наказание не должно затрагивать, унижать личность ребенка!
- Наказание не должно совершаться в присутствии посторонних людей!

Ребенка нельзя наказывать и ругать:

- когда болен, испытывает какие-либо недомогания или еще не совсем оправился после болезни – психика особо уязвима, реакции непредсказуемы;

- когда ест; после сна; перед сном; во время игры; во время рисования или другой деятельности;
- сразу после физической или душевной травмы (падение, драка, несчастный случай, плохая отметка, любая неудача, пусть даже в этой неудаче виноват только он сам) – нужно, по крайней мере, переждать, пока утихнет острая боль (это не значит, что нужно непременно бросаться утешать);
- во всех случаях, когда что-либо НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ в силу возрастных или физиологических особенности. Например, гиперактивные или медлительные дети;
- когда сами мы не в себе; когда устали, огорчены или раздражены;
- за естественную познавательную активность:
- за отсутствие опыта поведения в той или иной жизненной ситуации - не попросился на горшок и описался; боится идти к врачу;
- за проявление естественного чувства – ревность к младшему братику или сестренке (обижает их);
- за неосторожность: испачкался на прогулке, случайно пролил сок из чашки.

Как сдерживать гнев на ребенка

1. Если вас обуревают чувства гнева на ребенка, и вы готовы накричать и грубо выразиться – задержитесь на несколько секунд. Подумайте, как Вы любите своего малыша. Сделай пару глубоких вдохов. В это время попытайся сформулировать свое гневное послание ребенку, максимально уважая его и заботясь о нем. К примеру, «Я на тебя злюсь, потому что ты опять не сделал то, о чем мы договорились!», «Я злюсь, потому что я ужасно устала, у меня болят ноги, и я хочу отдохнуть!». При этом ребенок четко понимает, что мама или папа тоже человек и у них есть свои эмоции, свои потребности.

2. После того как волна гнева спала, вы объясните ребенку, что не устраивает в его поведении. «Мне было неприятно» (всегда говорить об эмоциях, которые вы испытали от его поведения).

3. Если вы не готовы спокойно говорить с ребенком, возьмите тайм-аут: «Давай я сейчас 15 минут полежу, а ты тихо поиграешь сам. Потом мы с тобой поговорим».

4. На досуге – подумайте, почему иногда вас так сильно обуревают чувство гнева по отношению к ребенку, какая этому может быть причина.

Если Вы уже не сдержались и накричали на детей, то:

1. Скажите себе, что сегодня просто не очень удачный день.
2. Скажите малышу, что постараетесь на них в следующий раз не кричать, а спокойно объясните им то, чем Вы недовольны, что вам неприятно повышать на него голос, и тем более наказывать по попе.
3. И обязательно скажите, что даже, когда Вы на них кричите, Вы их всё равно любите!

Только ли наказанием можно воздействовать на ребенка? Ответ ясен: конечно, нет. Наказание должно быть особой мерой. Его эффективность тем выше, чем неожиданнее и индивидуальнее его формы, чем реже оно применяется. Наказание будет эффективнее тогда, когда есть поощрение.

Поощрение – метод который поддерживает и усиливает положительные побуждения, эмоции. Смысл поощрения, закрепить хорошее поведение ребенка и доставить ему чувство радости от достигнутого успеха.

Виды поощрений могут быть разными.

- Физические – объятия, поглаживания, поцелуи, пожимание руки;
- Словом – одобрение, похвала, предвосхищающая оценка, эмоциональная поддержка;
- Временем – совместные игры, деятельность, чтение, прогулки, разговоры, ритуала, посещение гостей;
- Подарки – сюрпризы, сладости, игрушки.

При одобрении мальчиков необходимо делать упор на мужские качества характера, поведения (сильный, храбрый, ответственный и т. д.). Хвалить девочек необходимо особым образом, подбирая более сильный эмоциональный компонент (красавица, умница, ласковая).

Для каждого возраста есть свои критерии поощрений и похвалы.

0-2 года: Возраст, в котором нет риска «залюбить» или избаловать ребенка. Главная премия – присутствие мамы и папы и их огромная любовь. Бесплезно применять строгие наказания: «Сиди здесь и не выходи из комнаты, пока я тебе не разрешу». Он просто не в состоянии осознать, что его наказали.

В 2-4 года надо хвалить за самостоятельность, за выполненные поручения (принести, убрать, за красивый рисунок, за то, что научился использовать предметы по назначению; застегивать пуговицы, правильно надевать обувь и т. д., за то, что пользуется речью для выражения мыслей, чувств, желаний (дай мне ложку, а не показывает пальцем и мычит).

В возрасте 3-5 лет поощряется самостоятельность; понимание потребностей другого (то, что он поделился игрушкой, сладостями с другими детьми или взрослыми); понимание и соблюдение элементарных моральных норм; то, что ребенок проявляет любознательность и интерес к чему – либо; за умение играть и рисовать.

В возрасте 5-8 лет поощряется:

- умение владеть собой (умеет внимательно слушать, выполнять задания правильно и без ошибок);
- умение выражать свои чувства и формулировать мысли («Молодец! Что ты мне рассказал, как тебе было интересно в детском саду);
- способность продуктивно фантазировать и думать, ориентироваться в достаточно широком спектре нравственных ценностей; соблюдать их;
- желание узнавать новое;
- умение строить разнообразные игры, рисовать, конструировать и т. д.

При страшной занятости родителей даже такие простые и обыденные жесты могут оказаться для ребенка волшебной наградой. Например, если малыш привык, что обычно его укладывает спать мама и читает ему книжку, поощрением в этом случае может стать папино чтение.

Также можно использовать нетрадиционную систему поощрений:

Медали. Сделайте из цветного картона и повесьте на красивые ленточки разноцветные медали. Пусть красный цвет символизирует

плохое поведение, зеленый – приличное, желтый – хорошее, синий – замечательное. Медалей нужно сделать побольше, ведь ребенок может за день получить несколько медалей. Устроил истерику в магазине, но помог маме сложить покупки в сумку – красная и синяя медали вместе. Если такая градация может показаться слишком сложной, сделайте всего две медали любимого цвета и не любимого цвета.

Кубки. Кубок можно сделать из пластиковой бутылки, обернув ее фольгой. Кубок можно вручать за то, что в парке научился сам качаться на качелях, сам проделал долгий путь пешком до дома, не капризничая и не просясь на руки, играл с новыми друзьями в мяч и ни с кем не подрался.

Пиратский клад или сокровища принцессы. Спрячьте сундук с сокровищами – конфетками, новой мелкой безделушкой. Укажите стрелочками направление. Пират или принцесса, заслужившие свое сокровище примерным поведением, отправляются на поиски.

Турнирная таблица. На видном месте (на холодильнике или доске) повесьте разлинованный лист бумаги. Справа в вертикальной колонке – задания, слева наверху – дни недели. Вместо надписей используйте картинки. Графы в таблице зависят от возраста ребенка и его возможностей. Количество обязанностей исходит из того сколько полных лет ребенку. Например, «Выполнение домашнего задания», «уход за домашним питомцем», «вынос мусора», «уборка в комнате» – для более старших.

«Сложил игрушки в коробку», «сам оделся и надел обувь», «сам почистил зубы» – для более маленьких.

Каждый день напротив каждой выполненной обязанности ставится бонус – звездочка. В конце недели оценивается количество звездочек и предлагается награда. Например, совместный поход куда-либо.

Как нужно поощрять детей дошкольного возраста?

- Поощрять не только за результат, но и за попытку достигнуть результата, за старание сделать хорошо.
- Давать особо почетные поручения (когда ребенку поручается нечто большее, чем обычно).
- Использовать минимальные вознаграждения, как символ успеха и достижения.
- Поощрения должны исполняться.

- Если вы хотите чего-то добиться от ребенка, стоит начинать с похвалы!

- Поощрений в количественном соотношении должно быть больше, чем наказаний!

Как хвалить не следует:

1. Вредно когда ребенка хвалят за то, что ему дается легко и просто, то есть хвалят не за усилие и труд, а за наличие способности. К такой похвале ребенок быстро привыкает и постоянно от всех ждет восхищения и похвалу. Ребенок проникается чувством превосходства над другими детьми. Прекращение вызывает хронический дискомфорт, из которого рождаются мелочная обидчивость, зависть, ревность к чужому успеху, подозрительность.

2. Крайне вредно хвалить способного ребенка, которому дается что-то легко, и при этом сравнивать и ставить его в пример другим детям, у которых нет таких способностей. Противопоставление не может вызвать желания "брать пример" с того, кого несправедливо хвалят. Напротив, оно только отодвигает их друг от друга, угнетая одного и развращая другого. Противопоставление культивирует нездоровое соперничество, которое стимулирует вовсе не прилежание, а отказ от тех видов деятельности, которые не гарантируют успеха.

3. Вредно, когда ребенка хвалят слишком часто, неискренне и без всякой необходимости. Это и обесценивает похвалу, и приучает к дешевому успеху.

4. Важно хвалить конкретный поступок, что ребенок сделал, чего добился, а не его личность в целом. Иначе можно сформировать у него необъективно завышенную самооценку и слишком большое самомнение. Если в дальнейшей жизни ребенок столкнется с тем, что окружающие люди ценят его не так высоко, как он сам о себе мнит, то это может привести к неврозу.

Помните, важно уметь правильно использовать поощрения и наказания. Овладеть искусством поощрения и наказания требует от родителей не малых усилий.