Консультация для родителей

**Как воспитать ребенка без наказания и криков.**

Каждый родитель хочет самого лучшего для своего чада, в том числе, и воспитать в нем полноценную самодостаточную личность. Но воспитание ребенка – процесс сложный, и многие родители часто допускают ошибки, которые приводят не к тому результату, которого они ждали. Одна из таких ошибок – применение телесных наказаний, запугивание и повышение голоса на крик со стороны родителей.

Почему наказывать ребенка неправильно? Некоторые скажут: что плохого в том, что шлепнуть ребенка по попе за плохой проступок? Ведь так делают многие. Казалось бы, все просто, но тут возникает еще одна проблема – ребенок не думает о том, что так делать нельзя, он просто боится, что его опять накажут. И начинает врать, изворачиваться и т.п. К тому же, давно доказано, что дети, не знающие наказаний, менее агрессивны. Детская агрессия – это ответ на боль, обиду. Другими словами, месть взрослым
Рассмотрим причины детского непослушания.
1. Дефицит внимания. Часто мы, взрослые, стараемся занять ребенка дорогими игрушками и мультиками, чтобы выкроить время для себя и своих дел. Нельзя злоупотреблять этим, ведь ни одна самая лучшая игрушка не сможет заменить ребенку простого человеческого общения! Дети очень быстро это понимают, и начинают требовать этого общения доступными им способами – пакостничать и ныть.
2. Затаившаяся обида. Если вы часто срываетесь на ребенка по мелочам, одергиваете его, то не стоит удивляться такому поведению со стороны ребенка. У детей сильнее, чем у взрослых, развито чувство справедливости. Поэтому обида на взрослых и непонимание их поведения будет «грызть» ребенка изнутри, выливаясь в непослушание и стремление напакостить.
3. Чрезмерная опека. Еще одна распространенная ошибка родителей – стремление контролировать каждый шаг ребенка. Рано или поздно, ребенку это надоест, и он захочет больше свободы действий.
4. Низкая самооценка. Причины низкой самооценки у ребенка – холодное отношение взрослых, частые упреки, отсутствие похвалы. Чаще хвалите ребенка и говорите ему, какой он хороший, что у него все получается, даже если получается не все. Именно родительская похвала и поддержка порой так нужна ребенку.
5. Кризис возраста. Помимо вышеперечисленных причин, у ребенка может быть кризис переходного возраста. Он бывает в год, три года (причем, может быть в период от двух до четырех лет) и семь лет. Не спешите с выводами, может быть, ваше чадо просто переживает очередной этап развития. В таком случае, просто смиритесь с этим и не паникуйте.
Так как воспитать ребенка, не прибегая к наказаниям? Вот несколько советов:
1. Терпение. Если вы решили, что не будете наказывать ребенка – будьте терпеливы, не поддавайтесь на провокации с его стороны. Это порой бывает очень непросто, но вы должны все время думать о том, что в итоге ваше чадо вырастет самодостаточной и, что очень важно, счастливой личностью.
2. Любовь. Именно безусловная родительская любовь способна на многое. Любите своего ребенка не за его успехи и старания, а просто так, за то, что он у вас есть.
3. Принятие. Здесь подразумевается принятие ребенка со всеми его капризами, истериками, недостатками. С детьми бывает очень непросто, но даже в такие моменты родители должны дать понять малышу, что они любят и ценят его.
4. Внимание. Об этом говорилось выше – уделяйте больше внимания своему ребенку – играйте с ним, гуляйте, общайтесь. Тогда он никогда не будет чувствовать себя одиноким.
5. Отношение к ребенку как к личности. Малыш, даже в самом раннем возрасте, - хоть и маленькая, но уже личность. Он имеет свой вкус и мнение, даже если оно не всегда совпадает с вашим.
6. Личный пример. Всем известно, что дети – как маленькие обезьянки. Они очень хорошо копируют поведение взрослых. И, если ваш ребенок все время врет, а вы ругаете его за это, быть может, вы сами так делаете? Даже приукрашивая или умалчивая о чем-то.
7. Отсутствие давления на ребенка. Существует простое правило воспитания – чем больше вы будете давить на малыша, тем больше и яростнее он будет сопротивляться. Капризы и протесты ребенка – это защитная реакция на ваши постоянные запреты, желание отгородиться от вас. Запрещать нужно там, где это действительно требуется.
8. Объяснение и естественные последствия. Всегда объясняйте ребенку, почему нельзя. Там, где это возможно, допускайте естественных последствий шалостей ребенка. Он должен понимать о возможных последствиях своих поступков, нести ответственность за них. С пониманием придет возможная смена в поведении малыша.
9. Интерес. Вместо того, чтобы грозить ребенку поставить его в угол за какой-то проступок, попробуйте отвлечь, заинтересовать его чем-то другим.
10. Последовательность. Это, пожалуй, главный секрет и совет в воспитании детей. Очень часто причиной непослушания ребенка является непоследовательное и нестабильное поведение родителей. Например, мама разрешает что-то ребенку дома, а на людях – запрещает. Или сегодня запрещает, а завтра разрешает. Это только запутывает ребенка, и он очень скоро понимает, что раз иногда можно, значит можно всегда. Еще хуже, когда мама и папа (или другие члены семьи) поступают с ребенком по-разному – один запрещает, другой разрешает. У ребенка возникает внутренний конфликт и авторитет запрещающего падает в его глазах. Взрослым нужно договориться между собой, чтобы такой проблемы не возникало.

**\*Вам что-то надо от ребенка.**

Кому понравится каждый день слышать сотни приказов! Первым делом забудьте про командный гон и просите, просите и еще раз просите. Вы должны помнить, что слово «пожалуйста» является волшебным не только в устах вашего ребенка, но и в ваших тоже.

Ситуация: ваше чадо, вдоволь наигравшись, оставило в комнате пейзаж, сопоставимый с последствиями операции «Буря в пустыне». Требуется: ликвидировать беспорядок.

Способ: вместо привычной требовательной фразы: «Убери в своей комнате» попробуйте вариант в сослагательном наклонении «Ты не уберешь в своей комнате?» Почти безотказно работает слово «давай» — «Давай уберем в твоей комнате». Еще хуже приказов пространные сообщения вроде «В твоей комнате всегда жуткий кавардак». Еще хуже — риторические вопросы, в которых можно прочесть кучу упреков. Слыша реплику «Почему в твоей комнате всегда жуткий кавардак?», ребенок слышит также и «Ты плохой и ленивый, никогда меня не слушаешься». Когда вы восклицаете: «Как ты мог забыть о...!», ребенок слышит: «Ты бесчувственный и глупый, на тебя нельзя положиться».

Всегда стремитесь вызвать в ребенке чувство того, что он является вашим почти полноправным партнером.

**\*Он сопротивляется.**

Старый способ воспитания: добиться послушания любой ценой. «Позитивное воспитание» советует: попытайтесь ослабить сопротивление ребенка. А для этого нужно учитывать, к какому типу поведения он относится. Чувствительным детишкам больше всего нужно, чтобы их выслушали и поняли. И не говорили: «Это все ерунда и пустяки». Активных детей нужно строго регламентировать, они должны быть в курсе планов и правил игры. Отзывчивого ребенка нужно вовремя переключить. Он начинает сопротивляться — предложите ему что-то другое. Осторожному ребенку нужен ритм и ритуал — зная, что, за чем, следует, он будет меньше сопротивляться вашему руководству.

Общие закономерности таковы: экстравертов нужно немножечко сосредотачивать и «тормозить», а интровертов — наоборот, поощрять и тормошить.

**\*Он продолжает сопротивляться.**

Кажется, тут уже наказания не избежать. Но вы попробуйте поступить с точностью до наоборот. И вместо кнута посулите пряник. Награда за хорошее поведение обычно вызывает желание вести себя так и дальше, а наказание за плохое только акцентирует внимание ребенка на плохом и убеждает его: «Ты плохой». Поэтому, если возникла необходимость дать понять ребенку, что он поступил дурно, никогда не говорите ему: «Ты — ужасный ребенок, ты невыносим». Разграничьте ребенка и поступок ребенка. Ваши словесные выступления должны быть выдержаны в ключе: «Ты хороший ребенок, а разве такой замечательный мальчик может так ужасно капризничать?» Ваша задача — не вызвать у ребенка ощущение собственной неполноценности и безнадежности, а, наоборот, поднять его собственную значимость, здоровые амбиции. Пусть он сам учится оценивать свои поступки с точки зрения здравого смысла.

Фиксируйте малейшие проблески хорошего поведения, желания делать что-то хорошее. Развешивайте над кроватью маленького хулигана флажки, звездочки по количеству хороших поступков за день. И за каждый десятый... двадцатый давайте приз. Говорите слова, которые подчеркивают его значимость и побуждают к лучшему: «Ты у меня такой умница. Ты сделал потрясающую работу. Ты мой помощник».

**\* Он еще упрямится.**

Тут уж настало время вспомнить, кто здесь главный. Вы честно попросили, выслушали, посулили награду. Все бесполезно. Поэтому пора превратиться в генерала и отдать войскам команду. Командовать — это значит прямо сказать ребенку, что вы от него хотите: «Я хочу, чтобы ты убрал свои игрушки».

Говорите это настоящим командным тоном, не терпящим возражений. Эмоции, объяснения, угрозы, обвинения только ослабят вашу власть. Ребенок должен понимать: когда вы превращаетесь в генерала, все переговоры заканчиваются. Единственное объяснение вашему поведению: «Потому что я родитель, вот почему».

**\*Он не смог остановиться.**

Ваш приказ не выполнен. Ребенок полностью вышел из-под вашего контроля, он стал неуправляем, эмоции переполняют его. Тут тоже возможны варианты решения проблемы. Главное здесь — шоковая терапия.

Это может быть своеобразный «тайм-аут», ребенку нужно остаться наедине с собой, освободиться от негативных эмоций. Ни в коем случае не нужно рассматривать варианты «шоковой терапии» [как наказание](https://www.google.com/url?q=http://ped-kopilka.ru/roditeljam/kak-mozhno-nakazyvat-rebenka-kak-reshat-semeinye-konflikty.html&sa=D&ust=1481833847852000&usg=AFQjCNE3zq1J5I8QI4UzUkrZ6QbnrlgGkQ) — это просто последние попытки наладить сотрудничество. Каждый ребенок должен четко усвоить: если он будет упорствовать до последнего, ему придется остаться со своими чувствами. Пусть попытается посмотреть на себя со стороны.

Если протестующий рев вашего чада не несет в себе никакой конструктивной ноты, а является «воплями ради воплей, его нужно просто резко «переключить», потому что разумные доводы тут не подействуют. Скажите ему: «Кажется, тебя укусила злая Каприза, я знаю, как тебе можно помочь», голос ваш должен быть как можно более ласковым, вы ведь знаете, что ваш ребенок — это ваш ребенок, а злая Каприза — внешнее влияние. Лучшее средство от истерик — умывание водой.