

О наказании

В процессе воспитания родителям приходится наказывать ребёнка.

Каждый это делает по-своему. Иногда результат положительный, иногда нет, иногда возникают сомнения стоит ли вообще наказывать или нет. А если наказывать, то как? Трудно подобрать адекватные средства наказания. Нет чёткого понимания целей, а значит ещё труднее оценить последствия. Дети часто не понимают взаимосвязи своего поступка и реакции взрослого. Представления о наказании у каждого человека разные. Часто способы и средства наказания сцеплены с детским опытом самого родителя. Часто средства наказания передаются из поколения в поколение, в виде вербальных и невербальных реакция поведения. Страх перед тем что родитель узнает и накажет приводит к избеганию наказания, а не к изменению поведения. После наказания такие чувства как вина, страх, стыд могут стать хронически подавленными.

Существуют два разных процесса, которые смешиваются в сознании родителя:

- ◆ Наказание, как разрядка эмоционального напряжения, которое возникает в контакте с ребёнком. Такое наказание связано с прошлым опытом родителя. И является психологической защитой (замена жертвы на агрессора). В последствие возникает чувство вины.
- ◆ Наказание - как осознанный метод воспитания.

Типы наказаний:

- ✓ наказание **страхом**- цель с помощью угроз вызвать страх. Результат мотивов поведения избежать страх.
- ✓ наказание **стыдом**- с помощью отвержения, игнорирования вызвать стыд.
- ✓ наказание **виной**- с помощью обвинений убеждений вызвать чувство вины.
- ✓ наказание **ответственностью**- цель развить осознание своего поступка в конкретной ситуации и навыку исправления ситуации.

Использование разного типа наказания, вызывает разный способ регуляции поведения.

Типы наказания строятся на последовательно формируемых уровнях регуляции поведения в возрастном развитии.

Часто родитель применяющий первые три типа наказания **сам травмирован одной из моделей.**

В возрасте 3-4 лет, после формирования личностной автономии, развивается активная деятельность ребёнка, и начинают усваиваться социальные ценности той среды, в которой он живёт. Ребёнок, совершая какой-то поступок, не понимает это «хорошо или плохо» и ждёт реакции от окружающих. Любая реакция окружающих будет интроецироваться как поведенческие нормы.

Реакция взрослых может быть агрессивной, а может быть другой. Например, взять ребёнка на руки и объяснить последствия его действий и как в будущем ориентироваться в ситуации (учитывать возраст ребёнка). Важно почувствовать телесную реакцию ребёнка.

Возможны 2 вида реакции:

- ◆ Страх, стыд и вина. Выражается в зажатости, напряжении тела и задерживании дыхания.
- ◆ Облегчение, освобождение, прощение, завершение. Выражается в лёгкости дыхания, мышечного расслабления.

Алгоритм развивающего метода наказания:

- ✓ Создания атмосферы доверия и принятия. Принятие и признание чувств и потребностей ребёнка
- ✓ Описание фактов «плохого» поведения
- ✓ Проявление интереса к причинам такого поведения
- ✓ Принятие чувств и потребностей, побудивших такое поведение
- ✓ Помощь и объяснение почему такое поведение является «плохим».
- ✓ Помощь в осознании и принятии чувства вины
- ✓ Помощь в поиске способа ответа за свой поступок и исправление ситуации
- ✓ Подтверждение прощения в телесных реакциях

Важно научиться и научить ребёнка находить хорошие решения в сложных ситуациях, ошибочных поступков и вины. Завершать и выходить из них!