«Поощрение и наказание».

*Во все времена родителей волновали вопросы, связанные с воспитанием детей. В частности, - каким образом поощрять и наказывать, чтобы это способствовало развитию гармоничной личности.*

**Поощрение** – сильный регулятор поведения, с его помощью научение происходит быстрее. Но не всякое поощрение может приносить пользу, как и наказание не всегда вредно – в воспитании нет плохих или хороших приемов, а есть уместные или не уместные. Поощрение и наказание могут осуществляться в двух формах: материальной и психологической (духовной). Современное общество предпочитает материальную форму поощрения и наказания, т.е. «Куплю конфету – не куплю конфету». Это характерно и для семьи, и для школы. Редко используется психологическая форма, т.е. такие особенности взаимодействий и взаимоотношений людей, в которых проявляется одобрение (внимание к ребенку, сопереживание ему, поддержка, вера и т.д.) и наказание (огорчение, обида, показное равнодушие, сердитость, в крайних вариантах гнев). Естественно, что использование психологических средств требует не только больше душевной отдачи, но и вполне определенного актерского мастерства. Использование только материальных форм поощрения и наказания воспитывает человека зависимого, с низким самоконтролем, который, в основном, ориентируется по обстановке: «Попадусь – не попадусь». Использование психологической формы воздействия формирует совесть как внутренний механизм контроля поведения. По своему действию похвала похожа на наркотик, т.е. привыкший к похвале будет всегда в ней нуждаться. Человеку в день нужно не менее 8 «поглаживаний», желательно, разных по способу и степени проявления. Особенно в похвале нуждаются следующие категории детей:

– дети с комплексом неполноценности, основанным на их действительных недостатках. Без похвалы такие дети страдают. Эта похвала – пособие и подарок для неимущих;

– дети с обоснованным комплексом «сверх полноценности» (действительно талантливые дети). Для них похвала – гормон роста, они знают о своих преимуществах, но нуждаются в признании окружающих. Если детей не хвалить, они не завянут, но и не расцветут;

– самолюбивые дети с повышенной чувствительностью к оценке. Им похвала в принципе вредна, но без нее они не могут обходиться. Выход: не хвалить открыто, но сообщать ребенку безоценочные сведения о его реальных достоинствах, избегая сравнений с другими детьми.

**Типы похвалы:**

* **«Компенсация».** Используется для тех детей, у которых чего-то серьезно не хватает (физический недостаток, «сложный» характер, неудачи в жизни). Их надо хвалить за то, что есть у них хорошего, не обязательно достигнутое ими самостоятельно (лучше не злоупотреблять такой похвалой, ибо такие дети могут превратиться в избалованных деспотов).
* **«Аванс»** – это похвала за то, что будет, опережающий тип. Он внушает человеку веру в себя. Наша вера превращает возможность в действительность. Похвала за то, чего нет – это далеко не всегда то же самое, что говорить неправду. Надо обязательно хвалить утром и на ночь. Хвалить за малейшую попытку совершенствования себя.

Можно выделить следующие типы аванса:

– утверждать, что ребенок что-то делает лучше, независимо от реальности;

– одобрять за малейшие попытки преодолеть себя и не ругать, если не получается;

– не замечать дурных проявлений, если они находятся на одном и том же уровне, а когда дело стало лучше, то заметить и похвалить.

Используя аванс как тип похвалы, следует не переступать черту возможного и не вводить ребенка в заблуждение.

* **«Подъемная» похвала.** Если мы собираемся повышать требования к ребенку, то начинать их надо с похвалы, как вдохновения на новые подвиги.
* **«Косвенное одобрение».** Похвала, при которой вроде бы не хвалят, т.е. попросить помощи, совета и т.п. В разговоре с другим человеком как бы между прочим сказать добрые слова о ребенке, но так, чтобы он слышал их. Эти слова должны быть на уровне констатации достоинств ребенка, но нельзя задевать при этом его отрицательные качества.
* **«Взрыв любви»** (скорая психологическая помощь). Используется в крайних случаях, когда у ребенка кризисное состояние.

**Наказание.** При всех разногласиях вокруг этого метода воспитания следует отметить, что он тоже имеет право на применение, потому что свидетельствует о неравнодушном отношении, а о любви родителей к ребенку и, одновременно, дает ему «отпущение грехов». Поэтому дети стремятся получать наказания и даже пытаются использовать их в своих целях. Большинство родителей считают, что для прекращения непослушания ребенка больше подходят немедленные наказания, а не профилактические меры. Следует помнить, что любой метод наказания действует тем лучше, чем реже он применяется. При частом применении наказаний дети становятся лживыми, изворотливыми, у них появляются страхи, агрессия. Наказание обладает внушающим воздействием, если оно соответствует проступку и применяется редко.

Рекомендуемые формы наказания:

* вынужденное безделье – сидит в специальном кресле, в углу и т.д.;
* лишение поощрений и привилегий;
* осуждение поведения;
* не следует использовать как наказание физическую или умственную работу, нельзя наказывать лишением любви.

Правила наказания:

– Наказывая, подумай: Зачем? Для чего?

– Наказание никогда не должно вредить здоровью.

– Если есть сомнения, наказывать или нет – не наказывать!

Никаких наказаний не должно быть «на всякий случай», даже если кажется, что вы слишком добрая(ый) и мягкая(ий).

– За один раз можно наказать только за один проступок. «Салат» из наказаний не для детей.

– Запоздало не наказывать – за давностью все списывается.

– Наказан значит прощен, страницу жизни перевернул – никаких напоминаний.

– Любое наказание не должно сопровождаться унижением, не должно рассматриваться как торжество силы взрослого над слабостью ребенка.

– Ребенок не может не огорчать – это нормально, поэтому относиться к этому нужно соответственно. Не стремиться переделывать ребенка, а также не допускать, чтобы он жил в страхе перед наказанием.

*Хотя часто наказания кажутся единственно верным решением, это не так. Ругань, крики, оскорбления, удары могут решить проблему в краткосрочной перспективе, но не смогут предотвратить повторение проблемного поведения. Более того, наказания, не меняя существенно поведение детей, меняют поведение родителей, заставляя усиливать интенсивность.*

Факторы, обуславливающие плохое поведение ребенка.

Исследования довольно ясно позволяют выделить, что именно в воспитании приводит к непослушному поведению детей. Этих факторов немного, но все они очень важны:

1.Недостаточно ясно установленные домашние правила. Понятно, что когда мы говорим о правилах, то имеем в виду не бесконечный список из «нельзя» и «ни в коем случае», а поведение, которое будет приветствоваться, праздноваться и отмечаться родителями, т.е. положительное противоположное.

2. Недостаточное наблюдение за ребенком, недостаток контроля. Дети нуждаются в контроле. Исследования ясно показывают, что детское поведение хуже, когда за успехами и поведением ребенка меньше следят.

3.Отсутствие последовательной реакции на поведение. Часто, когда речь идет про последствия, в голове возникает слово «наказание». И вот это большая ошибка: именно использование наказаний как основного метода воспитания не позволяет быть последовательным. Не получится наказывать за каждое неправильное поведение. Вот и получается: сначала родители могут не замечать, затем десятки раз делают замечания, потом, рассердившись, наказывают.

4. Неспособность договариваться, вместе решать проблемы, обсуждать, находить компромиссы. Этот фактор важен в любом возрасте. Способность увидеть интересы ребенка, понять его мотивы, заинтересовать его чем-то это способность поставить себя на место другого человека, в данном случае собственного ребенка.

Итак, рекомендации, которые позволят родителям самостоятельно выходить из проблемных, конфликтных ситуаций, не прибегая к помощи специалиста. Они основаны на результатах большого количества исследований поведения детей. И они работают, потому что просты и легко применимы**.**

**Что делать вместо наказаний?**

1. Определить то проблемное поведение, которое надо изменить (например, сын дерется с младшей сестрой из-за того, чья очередь играть в компьютерную игру). 2. Определить для проблемного поведения положительное противоположное (сын через определенное время уступает сестре очередь, или они играют вместе). Озвучить его для ребенка. Если у него не получается, потренировать - показать точно, что от него хотят увидеть.

3. Сконцентрировать внимание на положительном противоположном! Хвалить, использовать материальные поощрения, наклейки, жетоны, очки и прочее.

4. При поощрении ребенка важно быть искренне воодушевленным; точно указывать, что именно понравилось («Милый мой, ты такой молодец! Ты уже целых пять минут спокойно играешь с сестрой! Это так по-взрослому! Дай пять!»); прикасаться к нему.

5. Хвалить и поощрять вначале как можно чаще - каждый раз, когда ребенок демонстрирует желаемое поведение, постепенно увеличивая временной интервал между похвалами.

**Памятка для родителей.**

1. Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку: и когда он моет посуду, и когда делает уроки, и когда играет со своими игрушками.

2. Поощряйте своего ребенка жестами: ему будет всегда тепло и уютно, если мама коснется его головы во время приготовления уроков, а папа одобрительно обнимет и пожмет руку.

3. Словесно выражайте одобрение пусть самым маленьким успехом своего ребенка, его поведением.

4. Используйте чаще выражение: «ты прав», «мы согласны с твоим мнением» - это формирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ и критичность мышления.

5. Дарите своему ребенку подарки, но при этом учите его принимать подарки.

6. Формируйте в своей семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: день рождения, Новый год, конец учебного года, 1 сентября, удачное выступление, сюрпризы, поздравления.

7. Учите своего ребенка быть благодарным за любые знаки внимания, проявленные к нему, независимо от суммы денег, затраченных на подарок.

8. Дарите подарки своему ребенку не только с учетом его желаний, но и с учетом возможностей своей семьи.

9. Для поощрения своего ребенка используйте не только подарки материального плана, но и моральные поощрения, придуманные вами, которые впоследствии станут реликвией в архиве семьи вашего ребенка: грамоты собственного изготовления, стихи, газеты и т.д.

10. Если вы хотите использовать в качестве поощрения деньги, используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился ими распоряжаться разумно.

11. Если ребенок поощряется деньгами, вы должны знать, каким образом он ими распорядился и обсудить это.

12. Позволяйте своему ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходование без анализа самим ребенок и вами.

13. Если вашему ребенку дарят подарки, никогда не анализируйте с ним их стоимость и ценность. Это может привести к серьезным нравственным проблемам.

14. Учите своего ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей.

*Помните, ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребенка больше, чем самый дорогой подарок. Раны унижения и издевательства не заживают годами, шрамы безразличия и игнорирования остаются на всю жизнь.*



**Рекомендации родителям.**

* Будьте с ребенком рядом, чтобы он чувствовал Вашу поддержку,
* Наблюдайте вместе за игрой других детей издалека, объясняйте действия детей, ребенка не может это не заинтересовать, ведь дети любят исследовать все новое. Но не настаивайте, пока ребенок не будет готов к игре с другими, все-таки он должен сам почувствовать уверенность и безопасность. Интерес обязательно пересилит страх со временем.
* Старайтесь чаще гулять с подругами, у которых есть дети.
* Организуйте поездку на автобусе, где всегда держитесь рядом с ребёнком. Когда идёте по улице, рассказывайте ребёнку: это дядя, это тётя, описывайте какая шляпа у дяди или какое красивое платье у тёти. Обязательно в позитивном свете!
* Для начала определитесь – а так ли уж страшно то, что ребёнок боится чужих людей?
* Старайтесь не критиковать ребенка и хвалить за каждое успешно выполненное дело. Поздоровался – молодец. Ответил, как тебя зовут – умница. Вы должны потихоньку поднимать планку. Но малыш не должен чувствовать себя зависимым от вас. Укрепите у малыша уверенность в своих силах: «Ты молодец! Ты все сможешь!».
* Приучайте его к ответственности за свои поступки.
* Давайте больше свободы.
* Сумейте его потихоньку «отпускать» от себя.
* Давайте ребенку поручения.

**«Золотые» правила воспитания:**

– Учитесь слушать и слышать своего ребенка.

– Постарайтесь сделать так, чтобы только вы снимали его эмоциональное напряжение.

– Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции.

– Умейте принять и любить ребёнка таким, каков он есть.

Для совладания с агрессией нужны:

– Терпение. Это самая большая добродетель, какая только может быть.

– Объяснение. Подскажите ребенку, чем интересным он может заняться.

– Поощрение. Если вы похвалите своего ребенка за хорошее поведение, то это пробудит в нём желание ещё раз услышать эту похвалу.