

Консультация для родителей, чьи дети не посещают д/с  
**(в рамках консультативного пункта ДОУ)**

на тему

**«Как воспитывать ребенка без криков и истерик»**

Подготовила  
Педагог-психолог  
Первой квалификационной категории  
Водостоева Е.А.

Мытищи 2021

Наказание детей — горячая тема, которая всегда вызывает холивары в соцсетях и на форумах. Кто-то считает, что нет ничего страшного в том, чтобы шлепнуть ребенка по попе или дать ему подзатыльник за непослушание. Кто-то категорически против физических проявлений насилия и предпочитает в случае детской провинности с ребенком просто прекратить разговаривать, считая, что воспитание молчанием — эффективная штука.

Так где же та грань, после которой наказание = насилие, как воспитывать детей, чтобы не травмировать их психику, но в то же время приучить нести ответственность за свои поступки? Об этом поговорим в нашей новой статье. А также разберемся в том, почему дети плохо себя ведут, кто виноват и что делать. Как наказывать можно, как нельзя, и в финале — 18 советов от психологов, которые помогут выстроить сбалансированную систему воспитания, без перекосов в наказания и вседозволенность.

### **Почему возникают трудности в воспитании**

Сложности при воспитании детей связаны с несколькими вещами:

#### **1. Нет достаточного арсенала средств воздействия на ребенка (информационная проблема)**

Родитель и рад бы не орать, но как можно по-другому — не знает, потому что, например, не было позитивного опыта в своей семье.

#### **2. Дисбаланс поощрений и наказаний в сторону последних**

В этом случае снижается мотивация выполнять правила (какой смысл слушаться, если все равно накажут)

#### **3. Непоследовательность в воспитании**

##### ▪ Непредсказуемость

Когда родители ведут себя непредсказуемо и за одну и ту же провинность меняют наказание (то накричат, то шлепнут, то лишат мультиков, то просто пожурят) . В результате у ребёнка нет чёткого понимания, «что за что бывает». Наказания в таком случае воспринимаются больше как импульсивность родителя. Как следствие — у ребенка повышается тревога, возникают невротические реакции (ведь каждый раз, провинившись, ребёнок не знает, чего ждать от родителей), ухудшается поведение, т.е., возникает то самое «непослушание».

##### ▪ Несогласованность

Когда разные члены семьи используют разные приемы воспитания, и в семье нет общих правил. Последствия такие же, как в первом пункте.

##### ▪ Несоответствие возраста ребёнка и требований, предъявляемых к нему взрослыми

Бывают дети, которые к 3 годам отлично говорят, опережают своих сверстников по интеллектуальному развитию, и, например, высокого роста. Такой ребёнок почти всегда воспринимается родителями как более взрослый, чем он есть на самом деле, и от него начинают требовать выполнения таких действий и сложных инструкций, как будто он старший дошкольник. Например, родители могут быть обеспокоены тем, что ребенок не убирается в своей комнате, не кладет после игры игрушки на место. Естественно, ребенок начинает капризничать, часто плакать, могут появиться невротические реакции признаки (тики, страхи, нарушение сна и поведения).

- Неврологические проблемы или проблемы в развитии

Бывает, что родители не видят за плохим поведением сложностей в развитии или им трудно это признать.

- Гиперактивность

Синдром дефицита внимания может сопровождаться импульсивностью ребёнка и подростка, нарушением концентрации внимания и волевых качеств. В этом случае дети нарушают правила и не слушаются не потому, что не хотят, а потому что не могут запомнить инструкцию, удержаться в границах дозволенного. Ошибкой в данном случае будет являться излишнее давление и требования.

- Непоследовательность поведения родителей и нечеткие правила для всех

В этом случае состояние ребёнка можно сравнить с новичком за рулем, который не знает ПДД. Он нарушает правила, не зная о них, или надеясь, что «проскочит», потому что раньше это удавалось.

- Разные тактики воспитания у разных членов семьи

Это может приводить к невротизации ребёнка, в результате он становится непослушным и капризным.

- Много запретов

Порой родители так тревожатся за безопасность или «правильное воспитание» детей, что в доме и на улице от них только и слышится «нельзя», «отойди», «не лезь», «это тебе рано». Как будто весь мир становится запретным. Эта ситуация неприемлема для ребёнка, который только познает мир и имеет сильный интерес ко всему новому. Поэтому логично, что он «перестаёт слышать» эти запреты.

- Недостаток внимания со стороны взрослых

Если ребёнку в семье мало уделяется внимания, то он начинает привлекать его любым способом, в том числе и плохим поведением. Равнодушие для ребёнка страшнее наказаний.

## **Наказания в культуре разных стран**

Проводилось много монокультурных и несколько кросскультурных исследований касательно наказаний детей. Согласно статистике, в 7% культур применяются телесные наказания детей, но «часто» — только в 20% сообществ. В 82% культур чаще всего применяются внушение, демонстрация примеров поведения и другие более мягкие приемы воспитания по сравнению с физическими наказаниями.

Существуют культуры, где битье детей и какого-то рода физические воздействия вообще не применяют. Например, канадские бедуины-инуиты никогда не бьют детей и вообще предоставляют им максимум свободы. Если ребёнок плохо себя ведёт, над ним, как правило, подшучивают и дразнят его, а если он игнорирует замечания, перестают с ним разговаривать.

В японской культуре существует период вседозволенности — от рождения до 5 лет. В это время от ребёнка вообще стараются не требовать идеального поведения, не делают ему особо никаких замечаний и не ограничивают его поведение. На этом этапе развития родители лишь объясняют, почему так поступать нельзя, и выражают своё огорчение по поводу плохого поведения. Однако к моменту поступления в школу поведение ребёнка уже жестко регламентируется правилами поведения.

### **Можно ли наказывать или ругать ребенка?**

Если под наказанием подразумевать побои и крики, то нет. Если же мы говорим о запретах и методах поддержания правил и установления границ дозволенного, то да. Запреты в любом случае должны быть.

Полноценный родитель — не тот, кто только хвалит ребёнка, а тот, кто создаёт условия для развития.

Это человек, который знакомит с миром, правилами и способствует адаптации ребёнка в мире и социуме.

Если ребёнок в семье не научился придерживаться правил поведения, то он будет их нарушать и вне семьи, только мир не будет с такой готовностью его прощать, как родители.

### **Границы в воспитании**

Важную роль в воспитании играет правильное установление личностных психологических границ.

Здоровые границы:

- служат для сохранения целостности: физической и эмоциональной;
- позволяют бесконфликтно строить отношения с другими людьми.

Если ребёнку во всем потакали в семье, создавали сверх комфортные условия, то вполне вероятно, что когда он выйдет в мир, этот мир покажется

ему слишком жёстким и непредсказуемым. В результате такой человек травмируется больше обычного взрослого и испытывает колоссальное напряжение.

### **Критерии и цели наказания**

Поскольку любое наказание — это действия, вызывающие у их объекта страдание, то решающими и очень важными при выборе того, как же наказать ребенка за непослушание, являются несколько критериев:

- Действия, при помощи которых осуществляется наказание  
Их спектр широк: от жеста неодобрения или простого словесного замечания до жестоких побоев.
- Инструменты, при помощи которых осуществляется наказание  
Это может быть и слово, и ремень.
- Легитимация  
Способы обоснования наказания, доказательства их необходимости, правомерности и соразмерности.

Каждое наказание обычно имеет какую-то цель. Никто, будучи в здравом уме, не наказывает ребенка просто так, заранее, для профилактики или из-за плохого настроения. Все наказания, как правило, сводятся к трем целям:

1. Отомстить.
2. Устрашить, чтобы ребёнок не повторял в будущем подобные поступки.
3. Долгосрочное изменение ценностных ориентаций и мотивации, изменение поведения.

### **8 запрещенных приемов, или как наказывать нельзя**

Какие приемы считаются запрещёнными? Что, наказывая, делать категорически нельзя? Об этом ниже.

#### **1. Бить**

В 2004 году парламентская ассамблея Совета Европы провозгласила общеевропейский запрет на телесные наказания детей. Но по данным опросов в той же Америке 90% родителей верят в эффективность порки. В нашей стране процент не меньше.

!!! Физические наказания не только не эффективны как метод воспитания, но и способствуют поддержанию «субкультуры насилия» (драчливость, отождествление с агрессивностью). Агрессия может породить только

агрессию или страх как способ подавления агрессии. Ни то, ни другое не способствует формированию уверенности и способности к реализации.

## **2. Унижать**

Насмехаться, критиковать публично. Это пагубно влияет на самооценку и травмирует психику.

## **3. Запугивать от имени сверхъестественных существ или от своего имени**

Есть риск, что ребёнок будет бояться, вырастет тревожным.

## **4. Оскорблять, использовать слова-ярлыки**

«Ты неряха», «и в кого ты такой...» и т.п. — осторожнее с подобными словами, ребенок может в это поверить и возьмет эту установку с собой на всю дальнейшую жизнь.

## **5. Обвинять в «плохой генетике» («Ты такой же, как твой отец»)**

Не отыгрывайте собственные конфликты с настоящим или бывшим супругом на ребёнке. Ребёнок не может «изгнать» из себя существующую «плохую» часть. Это то, что он не выбирал, и не может нести ответственность за своего, пусть даже непутёвого родителя. Такая тактика приводит к большому количеству стыда у человека, который может проявляться разными способами в самочувствии и поведении.

## **6. Наказывать за то, что ребёнок не может регулировать (например, за энурез, тики, моторную неловкость)**

При таких наказаниях дети, пытаясь прекратить нежелательные проявления, опираясь на волю, истощаются и доходят до отчаяния, и симптоматика только усиливается. Кроме того, к обиде примешивается стыд, страдает самооценка ребёнка.

## **7. Отвергать (не разговаривать, игнорировать, лишать любви), устраивать бойкот, говорить «я больше тебя не люблю»**

Для ребёнка это самое страшное наказание. Отвержение родителем внутренне воспринимается как угроза жизни. С возрастом это никуда не уходит и у многих взрослых встречаются отголоски такого воспитания. Все это влияет на взаимоотношения с другими и самим собой.

## **8. Ущемлять в базовых потребностях**

Никогда и ни за что нельзя наказывать едой, прогулками, необходимыми вещами для полноценного развития.

## **Наказания: а как можно? 6 «легальных» способов наказания**

### **1. Метод естественных последствий**

Этот способ психологически безболезненный и наиболее адекватен в любом возрасте. Например, ребёнок 3 лет хочет надеть лыжные штаны в летний

день. Вы можете объяснить, почему вы думаете, что шорты подойдут для прогулки больше, но не пытаетесь повлиять на решение, а предоставляете ему возможность убедиться на собственном опыте, что если он так оденется, то ему будет жарко.

То, что понимается на собственном опыте, запоминается надолго. Применяя этот способ, родителям очень важно не попадать в злорадство типа «А я тебе говорила!».

## **2. Замечание**

Часто вместо замечания (когда родитель обращает внимание на что-то) происходят упрёки и критика («Вечно у тебя беспорядок!»). Важно, чтобы это был не упрёк, а повод поискать решение проблемы.

Например: «Я огорчаюсь и сержусь, когда наступаю на детали конструктора, разбросанного по полу во всей квартире. Давай вместе подумаем, что можно с этим сделать».

## **3. Тайм-аут**

Метод, когда ребёнка удаляют из общего пространства в отдельную комнату и оставляют его там одного на какое-то время. Это позволяет на время увеличить дистанцию между взрослым и ребёнком и «остыть», отрегулировать свои эмоции.

Считается, что ребенка в одиночестве не травмирует интервал времени в минутах, кратный его возрасту. Например, для 3-летнего ребёнка — это 3 мин, 4-летки — четыре и т.д. Комната, куда вы уводите ребенка «остыть», должна быть светлой, с окном. Ни в коем случае не кладовка, туалет или другое темное помещение.

## **4. Игнорирование**

Не награждать нежелательное поведение вниманием. Хороший метод, но сложный в исполнении — обычно взрослым трудно сохранять самообладание и не реагировать на негативные проявления в поведении ребенка.

## **5. Лишение**

Это когда за нарушение правил ребёнок лишается чего-то важного и желаемого для себя. Например, запрет на просмотр мультфильмов или игры в компьютер.

Важно, чтобы ребенку были известны изначальные договоренности, за что именно и чего он лишается в случае несоблюдения правил. Нельзя просто лишить ребенка просмотра мультфильмов, если он сегодня «плохо себя вёл». Вы должны изначально договориться об этом.

Для детей дошкольного возраста эти правила и лишения можно нарисовать или, если ребенок уже умеет читать, написать на пластиковой доске или листе бумаги и повесить на стену. Часто дети ведут себя нехорошо не потому, что злодеи, а потому, что забыли.

Второй важный момент — соразмерность наказания. Маленький проступок — маленькое лишение. Нелогично за небольшую провинность лишать просмотра телевизора на 2 месяца, к тому же, взрослым самим будет сложно это выдержать.

## **6. Метод символической экономики**

Очень хорошо работающий метод для детей среднего школьного возраста, подростков. Когда на семейном совете договариваются с ребёнком, какие действия награждаются баллами и в каком количестве, а за что происходит лишение «очков».

Здесь важно выработать систему награждений, начисления и списания баллов. Далее накопленные баллы меняются на что-то ценное для ребёнка. Это может быть что-то материальное (например, покупка машинки, журнала и т.п.) или нет (например, дополнительные 15 мин игр за компьютером, настольная игра с родителями или прогулка с друзьями)

В этом методе важно, чтобы баллы доставались не очень легко, но и не очень трудно — и в том, и другом случае пропадёт мотивация.

Этот метод в простом варианте подходит уже для детей 4-5 лет. Лет с 9-10 и включая подростковый возраст, этот способ регулировать поведение подходит лучше всего. С подростками имеет смысл попробовать заключить даже письменный договор, если не получается договориться устно.

### **6.1 Ограничение**

Это метод, когда в ответ на нарушение важных правил вводится ограничение прав.

Например, за каждое нарушение правила, вечерний отбой начинается раньше на 15 мин, т.е ребёнок отправляется спать не в 21:00, а в 20:45.

Надо понимать, что нет одного единственного самого лучшего способа регулировать поведение детей и прививать им полезные привычки: кто-то более чувствителен, кто-то «толстокожий». Нет ни одного одинакового ребёнка и одинаковой семьи, поэтому важнее определиться для себя с принципами, которых вы будете придерживаться в общении с детьми, и подобрать для себя и своего ребёнка оптимальные методы, которые не будут разрушать никого из присутствующих, но стратегически полезны для развития ребёнка.

## **4 способа повлиять на детское поведение без наказаний**

Существуют ли способы влиять на детское поведения, не наказывая? Да. Это поощрения и внимание к хорошему поведению и изменениям поведения в желаемую сторону, хотя это кажется слишком простым (простота здесь только на первый взгляд).

### **1. Внимание к мелочам**

Самый эффективный метод воспитания с целью изменения нежелательного поведения ребёнка — это обращать внимание, замечать все то, что является желаемым, и игнорировать какие-то нарушения и трудное поведение у ребёнка.

Обычно все происходит наоборот: если ребёнок ведёт себя примерно, мы ощущаем, что все в порядке, расслабляемся, нам кажется, что так оно и должно быть. Но как только, ребёнок нарушает правила или начинает плохо себя вести, мы делаем ему замечание. Сменить эту тактику непросто, но оно того стоит.

Смысл состоит в том, чтобы давать внимание и похвалу, когда ребёнок хотя бы движется в ту сторону, в которой бы нам хотелось, чтобы шло его развитие.

Например, ребёнок часто дерётся в детском саду, и воспитатели говорят, что он агрессивный, ему сложно сдерживать свои эмоции, он не сидит на месте, часто перебивает взрослых, не может дождаться своей очереди и т.п. В данном случае будет полезно вслух отметить момент, как только ребёнок просидел спокойно хотя бы пять минут или удержался от конфликтов со сверстниками. Обратите на это своё внимание и обсудите, как это важно, и как у него здорово сегодня все получилось.

При этом очень важно применять «описательную похвалу», а не оценочную. Другими словами, говорить не «ты сегодня молодец», а «Я горжусь тем, что ты сегодня вежливо общался с ребятами во дворе и с воспитателями в детском саду. Тебе удалось посидеть спокойно, хотя очень хотелось бегать. Я обратила внимание, что в работе ты почти не допустил ошибок, ты постарался написать аккуратно».

### **2. Награждать за примерное поведение**

Поощрение всегда работает лучше, чем наказание.

### **3. Подчёркивать достоинства и сильные стороны ребёнка**

Это позволит ребенку опираться на них. В конечном счете, если по-честному, нам же важнее, чтобы ребёнок чувствовал себя сильным и способным справиться с трудностями. Критикой и наказаниями этого не добиться. Всем нам нужна поддержка.

### **4. Хвалить авансом**

Можно попробовать хвалить за то качество, которого пока у ребёнка нет. Например, он грубит и часто невнимателен в общении. Вы же, напротив, вскользь замечаете при нем, что вас радует, что он умеет быть вежливым и уважительным. Иногда говорите это ему.

Если мы относимся к людям чуть лучше, чем они есть,- у них может возникнуть мотивация таким стать, дотянуться до этого отношения.

### **18 советов для родителей, которые размышляют над проблемой методов воспитания и наказаний детей**

1. Наказания должны быть всегда обоснованными.
2. Мера пресечения должна быть понятна ребёнку.
3. Правила и ограничения дают ощущение уверенности и безопасности.
4. Родители не должны всегда являться теми, кто устанавливает правила и следит за их выполнением — гармоничное участие детей в установлении и соблюдении тоже полезно.
5. Чаще показывайте свою любовь.
6. Считайте своего ребёнка способным на многое, талантливым. Действия должны приводить к ощущению своей силы и способностей, а не беспомощности и отчаяния.
7. Избегайте жестокости.
8. Будьте гибкими в общении с ребёнком, придумывайте методы, способы, которые помогут вам сохранять любовь и крепкую связь с вашим ребёнком.
9. Меняйте правила с изменением возраста ребёнка и обстоятельств. То, что нельзя дошкольнику, можно позволить подростку (например, приходить домой не в 18:00, в 20:00, разрешить чуть позже ложиться спать)
10. Будьте последовательными. Непоследовательность поощрений и наказаний — путь к неврозу.
11. Разделяйте личность и поступки. Оттого, что кто-то ведёт себя плохо, он не становится плохим. Плохим может быть поступок, но каждый же может ошибиться.
12. Не угрожайте невыполнимыми последствиями, которые не сможете обеспечить. Старайтесь не угрожать вообще.
13. В каждой семье свои правила, не ищите готовые.
14. Правила для всех — и для взрослых, и для детей!
15. Сохраняйте терпение и самообладание. Никто не понимает сказанное, если на него кричат.

16. Не придирайтесь. Если вы часто чувствуете раздражительность, попробуйте разобраться, с чем она больше связана. Иногда причины лежат не в поведении ребёнка, а в вашем здоровье.
17. Не ждите от себя безупречности. Ошибаться нормально. И родителям тоже. Поэтому не будьте к себе строги и не наказывайте себя вместо ребёнка.
18. Если столкнётесь с неожиданными сложностями, с которыми справиться никак не получается, обратитесь за помощью к специалисту. Можно записаться на приём к психологу или обсудить проблемы с толковым педагогом.

В этой статье мы рассмотрели только несколько вариантов повлиять на поведение ребёнка. Способов и подходов, конечно, гораздо больше.

Важно понять для себя одно: не стоит чувствовать себя беспомощным, если ребёнок плохо себя ведёт. Ищите методы, просите помощи у специалистов. Пробуйте разные подходы. И не теряйте за всеми этими методами воспитания самого человека, пусть он ещё и маленький. Помните, что самый эффективный метод воспитания — это любовь, сочувствие и воспитание себя.