

Девять правил воздействия на ребенка без применения наказания

Наказания приучают детей проявлять агрессию и насилие для решения своих проблем, но многие родители, низко оценивая подобные методы воспитания, все же их используют, не зная, каковы альтернативные способы урегулирования ситуации. Доказано, что наказания со стороны родителей, в том числе и телесные, являются причиной заниженной самооценки и депрессии не только в детстве, но и во взрослом возрасте.

Так как же себя вести с непослушным ребенком?



Сохраняйте спокойствие

Если ваши нервы на пределе, не предпринимайте никаких действий и постарайтесь успокоиться. Часто причиной срыва является целый ряд стрессовых факторов. Постарайтесь отстраниться от ситуации и посчитать до десяти. Как только вы обретете самообладание, выход из ситуации станет очевидным.

Найдите время для себя

Если вы посвятите какое-то время чтению, прогулке, упражнениям, молитве или вашему хобби, вы будете вести себя более спокойно и выдержанно со своим ребенком.

Если ваш ребенок не отреагировал на продолжительные просьбы вести себя должным образом, лучше воздержаться от телесных наказаний, привлечь его внимание, добиться понимания с его стороны и повторить свою просьбу в доброжелательном, но твердом тоне.

Давайте ребенку возможность выбора

Если ребенок не слушается, опишите ему, какие меры вы готовы предпринять в ответ на плохое поведение с его стороны, дайте ему возможность самостоятельно выбрать между послушанием и возможным наказанием.

Пусть ребенок столкнется с последствиями своих действий

Если ребенок совершил проступок, который привел к отрицательным последствиям, дайте ему возможность предпринять меры для устранения причиненного ущерба. Так вы научите своего ребенка нести ответственность за свои действия, а не испытывать страх перед наказанием.

Давайте ребенку возможность достичь договоренности с вами

Если ваш ребенок нарушил договоренность, существующую между вами, следует обсудить с ним его поведение и ваши чувства в связи с этим, и постараться вновь достичь согласия, взяв с ребенка слово впредь не поступать подобным образом, предложив ему возможность компенсировать подобный проступок конкретными положительными действиями.

Не вступайте в конфликт

Если ребенок пререкается, лучше не продолжать разговор в таком тоне. Спокойно скажите, что будете готовы поговорить с ребенком, как только он будет готов вести себя более уважительно.

Будьте доброжелательны, но тверды в своих требованиях

Вместо того чтобы ударить ребенка, когда он делает что-то, чего делать не должен, возьмите его на руки, отнесите в другую комнату и предложите заняться чем-нибудь другим. Иногда вам потребуется проделать это несколько раз.

Заранее предупредите ребенка о своих намерениях

Заранее предупредите ребенка о своем намерении прервать какие-либо его занятия. Тогда он сможет довести до конца начатое дело, и спокойно подчинится вашему требованию. Так вы избежите вспышек гнева, которые часто являются проявлением бессилия и следствием отсутствия у ребенка своевременной информации.

Проявления агрессии способствуют увеличению уровня насилия в обществе. Телесные наказания детей являются одной из форм агрессии, так как они негативно отражаются на уровне самооценки ребенка, уменьшая его настрой на конструктивное взаимодействие, вызывая протест. *Рассмотрите возможность мирного разрешения конфликтов в семье без применения физической силы на основе сотрудничества и совместного творческого поиска выхода из ситуации вместе с ребенком.* Существуют бесчисленные альтернативы наказанию.