Существует ряд опасностей, которые возникают, когда родители применяют наказания:

1. Очень часто наказание не исправляет поведение ребенка, а лишь преображает его. Один проступок заменяется другим. Но при этом он по-прежнему может остаться неправильным и еще более вредным для здоровья ребенка.

2. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отвергнутым и нередко начинает ревновать брату или сестре, а порой и к родителям.

3. У наказанного ребенка может возникать враждебное чувство к родителям, и это породит в его сознании чудовищную дилемму. С одной стороны, родители - это взрослые, восстание против них никак невозможно. С другой - он еще слишком зависит от них, чтобы извлекать пользу от своей вражды, не говоря уже о том, что он все-таки любит своих родителей. И едва в нем объединятся эти два чувства - любовь и ненависть, - как сразу же возникает конфликт, который приводит к тревоге.

4. Частые наказания так или иначе побуждают ребенка оставаться незрелым, инфантильным. Обычно его наказывают за какую-нибудь ребяческую проделку. Но желание достичь запретного не пропадает, и ребенок решает, что, пожалуй, не стоит от него отказываться, если можно расплатиться всего лишь наказанием. То есть он терпит наказание, чтобы расплатиться, очистить совесть и продолжать в том же духе - и так до бесконечности.

5. Наказание может помочь ребенку привлечь к себе внимание родителей. Хотя детям нужна прежде всего родительская любовь, они часто ищут даже такую жалкую ее имитацию, как простое внимание. Ведь порой гораздо легче привлечь внимание родителей, делая какие-нибудь глупости, чем оставаться все время добрым и послушным. Речь может идти не только о добром внимании со стороны родителей - неважно: все равно, было бы внимание.

Если случился конфликт, проступок.

Рекомендации психолога «Общаться с ребенком. Как?»

1. Безусловное принятие

Первое правило общения родителя с ребенком — принятие его таким, какой он есть, без условий и требований. Ребенок должен жить с ощущением, что он в любом случае любимый, желанный, ценный и дорогой, даже если он поступил неправильно.

2.Недовольство

При этом выражать недовольство можно и нужно — но не самим ребенком, а конкретными его действиями. Не «ты плохой», а «ты поступил плохо», а еще лучше «мне плохо от того, как ты поступил».

3.Активное слушание

Пожалуй, главная техника, которой родителям следует научиться — это активное слушание в сложных ситуациях: когда ребенку грустно, трудно или плохо. Цель техники — дать ребенку понять, что в трудную минуту его слышат, к его проблеме неравнодушны, его понимают.

Чтобы активно слушать, нужно «возвращать» ребенку то, что он говорит, обозначая при этом чувства ребенка:— Я не хочу делать уроки!

— Тебе неприятно заниматься русским языком

— Нет, просто там очень много!

— Ты боишься не успеть до завтра

4. Разрешение конфликтов

Конфликты — это нормально. Они бывают даже в самых дружных семьях. Хорошее разрешение конфликта — когда обе стороны получают то, чего они на самом деле хотели.

5. Передача ответственности

Передача детям ответственности за свои дела – самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к детям

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

ПО ПРОФИЛАКТИКЕ

КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ:

**1. Расспрашивайте и говорите с ребёнком** о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым. Главное, при этом делать акцент на мысли: «Я не просто родитель, я – твой друг».

**2. Авторитарный стиль воспитания неэффективен и даже опасен**. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (т.е. агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договорённостей.

**3.** **Говорите о перспективах в жизни и будущем.** У подростков ещё только формируется картина будущего. Узнайте, что ваш ребёнок хочет, как он намерен добиваться поставленной цели, помогите ему составить конкретный (реалистичный) план действий.

**4. Говорите с ребёнком на серьёзные темы: что такое дружба, любовь, смерть, предательство?** Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно. Если избегать разговоров на сложные темы, подросток всё равно продолжит искать ответы на стороне, где информация может оказаться не только недостоверной, но и опасной.

**5. Делайте всё, чтобы ребёнок понял: сама по себе жизнь – это ценность, ради которой стоит жить.** Важно научить ребёнка получать удовольствие от простых и доступных вещей в жизни: природы, общения с людьми, познания

мира, движения.

**6. Давайте понять ребёнку, что опыт поражения также важен, как и опыт в достижении успеха.** Рассказывайте чаще, как вам приходилось преодолевать те или иные трудности. Конструктивно пережитый опыт неудач делает человека более уверенным в собственных силах и устойчивым. И наоборот, привычка к успехам порой приводит к тому, что человек начинает болезненно переживать неудачи.

**7. Доверяйте ребёнку,** прощайте случайные шалости, будьте честными, искренними и последовательными.

**8. Любите своего ребёнка.** Самое главное – научиться принимать детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда

ЧТО ГОВОРИТЬ РЕБЕНКУ В СЛУЧАЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ РОДИТЕЛЯ

|  |  |
| --- | --- |
| ***Неудачные фразы*** | ***Рекомендуемые фразы*** |
| Девочки/мальчики так себя не ведут | Как ты себя чувствуешь? Что тебя расстроило/разозлило? |
| У тебя не получается, дай я сделаю | Ты молодец/умница. У тебя всё получится. Давай вместе сделаем. |
| Потому что я так сказал/а, вот почему | Давай я объясню, почему это важно/нужно …. (объясняйте свою позицию ) |
| А у твоего брата/сестры/подруги всё получается лучше | Чем я могу тебе помочь? Какая помощь тебе нужна? (избегать сравнений с другими людьми) |
| Я от тебя такого не ожидал/а | Я расстроилась/лся (разозлилась/лся)… (объяснить почему) |
| Пока не доешь, из-за стола не выйдешь | Съешь сколько захочешь |
| Если ты не прекратишь, я больше никогда... | Если ты поступишь так, тебе нельзя будет играть в компьютерные игры следующие два дня (конкретное наказание и конкретные сроки) |

Вопросы для улучшения слушания (правильно заданные вопросы помогают другому человеку рассказывать!)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ситуация | Шаблонные вопросы | Рекомендуемые вопросы |
| Ребенок вернулся из школы | • Что получил(а) сегодня?  • Почему без шапки?  • Где ты так умудрился вывозиться в грязи? | • Как прошел твой день?  • Что было самое интересное сегодня в школе?  • Что тебя огорчило или порадовало и почему? |
| Ребенок вернулся поздно с прогулки | • И где ты шлялся так долго?  • Можно было прийти раньше?  • Почему так поздно? | • Что помешало тебе прийти вовремя?  • Что в следующий раз могло бы помочь тебе прийти вовремя? |
| В комнате у ребенка беспорядок | • Когда, наконец, уберешься?  • Сколько можно повторять?  • Как ты живешь в этом бардаке? | • Сколько времени тебе необходимо, чтобы навести порядок?  • Какая помощь тебе нужна? |
| За контрольную получена двойка | • Когда будешь нормально учить уроки?  • Сколько мне еще краснеть за тебя в школе? | • Как думаешь, что необходимо сделать и когда, чтобы исправить оценку?  • Какая помощь тебе нужна, чтобы исправить оценку? |
| Нет желания посещать дополнительные занятия | • Посмотри, Таня и на танцы ходит, и в художественную школу, и учится отлично - а ты?….  • Не понимаю, что тебе ещё нужно? Мы все делаем, чтобы только тебе было хорошо! | • Что тебе интересно?  • Чем ты хочешь заняться?  • В какую секцию ты хотел(а) бы ходить и почему? |