

Пути к бесконфликтной дисциплине

Подготовила:
Педагог-психолог
Елисева Н.В.

Дети восстают не против самих правил, а против способов их «внедрения»

Правило 1

Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.

Правило 2

Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

Правило 3

Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Например, родителям часто досаждают «чрезмерная» активность детей: почему им надо так много бегать, прыгать, шумно играть, лазать по деревьям, бросать камни, рисовать на чем попало, все хватать, открывать, разбирать?

Правило 4

Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.

Правило 5

Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

Любой запрет желаемого для ребенка труден, а если он произносится сердитым или властным тоном, то становится трудным вдвойне.

«Золотая середина» - и четыре цветовые зоны

В зеленую зону поместим все то, что разрешается делать ребенку по его собственному усмотрению или желанию. Например, в какие игрушки играть, когда сесть за выполнение занятий, в какой кружок записаться, с кем дружить...

В желтой зоне - действия ребенка, в которых ему предоставляется относительная свобода. Ему разрешается действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ. Иначе говоря, он может решать сам, но при условии соблюдения некоторых правил. Например, можно убрать игрушки, когда хочешь, но закончить работу к 8 часам вечера. Можно съесть сладкое, но только после ужина. Можно гулять в своем дворе, но дальше не уходить.

В оранжевой зоне находятся такие действия ребенка, которые, в общем, нами не приветствуются, но ввиду особых обстоятельств сейчас допускаются. Например, после долгого отсутствия папа приезжает в 10 часов вечера, и ребенку разрешают не ложиться спать до его появления и даже завтра не пойти в сад. Или: ребёнок напуган страшным сном, и мать берет его в свою кровать, пока он не успокоится.

В красной, зоне находятся действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Это наши категорические «нельзя», из которых нами не делается исключений: нельзя бить, щипать или кусать маму, играть с огнем, ломать вещи, обижать маленьких... Список этот «взрослеет» вместе с ребенком и подводит его к серьезным моральным нормам и социальным запретам.

Постарайтесь в каждом случае спокойно (но коротко!) объяснить, чем вызвано ваше требование. При этом обязательно подчеркните, что именно остается ребенку для его свободного выбора. Когда дети чувствуют уважение к их чувству свободы и самостоятельности, они легче принимают родительские ограничения.

Вопрос о наказаниях. Следствия непослушания.

В чем смысл наказания и «механизм» его действия?

Может ли наказание человека исправить его поведение? Конечно, нет.

Бывает, что под страхом наказания он действительно перестает делать то, что ему запрещено. Однако чаще он подстраивается или маскируется - делает вид, что послушался, то есть идет на обман. Бывает, что он ведет себя «правильно» при одном родителе и распускается при другом.

Наказание - это, прежде всего сигнал о нарушении правила, нормы или установленного порядка.

Смысл его - сделать более весомыми слова взрослого, подчеркнуть их серьезность.

Ведь дети слишком легко пропускают слова родителей мимо ушей, особенно когда им что-то не нравится. Хотя наказание может огорчить ребенка, дело не в том, чтобы его обидеть, расстроить или напугать, а в том, чтобы дать ему возможность задуматься над проступком, понять, что именно он нарушил и почему это плохо.

Родитель - защитник моральной ценности, а не фигура, диктующая свою волю.

Это должно выражаться и в соответствующих словах: «В нашей семье это не принято...», «У нас такой порядок...», «Так надо...». Заметьте, что в этих фразах отсутствует «Я» родителя («Я сказал...», «Я требую...»). Они, так сказать, безличны и воспринимаются не как диктат взрослого, а просто как должное.

Обобщая, перечислим правила того, что нельзя делать, и о чем, напротив, надо помнить и делать, если возникло желание наказать ребенка:

✓ Нельзя пропускать или надолго откладывать наказание. Оно должно следовать сразу за нарушением правила, за грубым или невежливым поведением. При этом не имеет значения возраст ребенка: чем раньше в своей жизни он встретится с безусловностью правила, тем лучше.

✓ Нельзя делать наказание чрезмерным. Оно - сигнал о важности правила, а не «акт возмездия». Поэтому классические «стояния в углу» или «сидения в дедушкином кресле» вполне подходят.

✓ Нельзя наказанием унижать ребенка. Это значит, что наказание не должно сопровождаться грубым тоном, недоброжелательной критикой или обзыванием.

✓ Совершенно недопустимы физические наказания. Они не только унижают, но и ожесточают ребенка. Они не прививают, а, напротив, разрушают отношения с ребенком и тормозят развитие его личности.

✓ Важно помнить, что смысл наказания - сообщить серьезность и непререкаемость установленных правил. Поэтому надо реагировать на их нарушение, по возможности не пропуская.

✓ Нужно объяснить ребенку (по возможности кратко) смысл недовольства взрослого и сказать, что конкретно от него ждут.

✓ Наказание нужно назначать в относительно спокойном доброжелательном тоне.

«Зона радости»: Правило шестое и самое главное

Отдельного внимания заслуживает следующее самое эффективное правило:

Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

Вот примеры: в семье заведено, что по выходным дням отец ездит с сыном на рыбалку, или мама печет любимый пирог, или все вместе отправляются на прогулку.

Вы, конечно, знаете, что дети очень ценят подобные семейные традиции. Когда родитель уделяет им специальное внимание, и с ним интересно - это настоящий праздник для ребенка.

Однако если случается непослушание или проступок, то «праздник» в этот день или на этой неделе отменяется.

Зона радости - это «золотой фонд» благополучной жизни ребенка.

Она одновременно и зона его ближайшего развития, и основа вашего с ним доброжелательного общения, и залог бесконфликтной дисциплины.

Непослушных детей, а тем более детей, «отбившихся от рук», принято обвинять.

В них ищут злой умысел, порочные гены и т. п. На самом же деле в число «трудных» обычно попадают дети не «худшие», а особенно чувствительные и ранимые. Они «сходят с рельсов» под влиянием жизненных нагрузок и

трудностей, реагируя на них гораздо раньше и сильнее, чем дети более устойчивые.

«Трудный» ребенок нуждается в помощи, а не в критике и наказаниях.

Причины стойкого непослушания ребенка следует искать в глубине его психики. Это на поверхности кажется, что он «просто не слушается», «просто не желает понять», а на самом деле причина иная. И, как правило, она эмоциональная, а не рациональная. Больше того, она не осознается ни взрослым, ни самим ребенком. Отсюда вывод: такие причины надо знать. Ими мы сейчас и займемся.

Психологи выделили четыре основные причины серьезных нарушений поведения детей.

1. Борьба за внимание

Если ребенок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия (о чем мы уже много говорили), то он находит свой способ его получить: непослушание.

Родители то и дело отрываются от своих дел, сыплются замечания... Нельзя сказать, что это уж очень приятно, но внимание все-таки получено. Лучше такое, чем никакого.

2. Борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской власти и опеки

Знаменитое требование «я сам» двухлетнего малыша сохраняется в течение всего детства, особенно обостряясь у подростков. Дети очень чувствительны к ущемлению этого стремления. Но им становится особенно трудно, когда родители общаются с ними в основном в форме указаний, замечаний и опасений. Родители считают, что так они прививают своим детям правильные привычки, приучают их к порядку, предупреждают ошибки, вообще - воспитывают.

Это необходимо, но весь вопрос в том, как это делать. Если замечания и советы слишком часты, приказы и критика слишком резки, а опасения слишком преувеличены, то ребенок начинает восставать.

3. Желание отомстить

Дети часто бывают обижены на родителей. Причины могут быть очень разные: родители более внимательны к младшему; мать разошлась с отцом, и в доме появился отчим; ребенка отлучили от семьи (положили в больницу, послали к бабушке); родители постоянно ссорятся...

Много и единичных поводов для обиды: резкое замечание, невыполненное обещание, несправедливое наказание. Смысл «плохого» поведения в этом случае можно выразить так: «Вы сделали мне плохо - пусть и вам будет тоже плохо!..»

4. Потеря веры в собственный успех

Может случиться, что ребенок переживает свое неблагополучие в какой-то одной области жизни, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика могут не сложиться отношения в классе, а следствием будет запущенная учеба, в другом случае неуспехи в школе могут привести к вызывающему поведению дома и т. д.

Подобное «смещение неблагополучия» происходит из-за низкой самооценки ребенка. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, он вообще теряет уверенность в себе. Он приходит к выводу:

«Нечего стараться, все равно ничего не получится». Это - в душе, а внешним поведением он показывает: «Мне все равно», «И пусть плохой», «И буду плохой!»