ЗАОЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ БАТЬКІВ

«Караючи - поміркуй навіщо»

Вчинки – погані,
дитина – все одно хороша!

Сім правил:

1. Покарання не повинно шкодити здоров'ю – ні фізичному, ні психічному (воно має бути корисним).
2. Якщо є сумніви (карати чи не карати) – не карайте. Ніяких покарань «про всяк випадок».
3. За один раз – одне покарання. Навіть якщо вчинків скоєно багато, покарання може бути суворим, але одне за все одразу. Покарання – не за рахунок любові. Ні в якому разі не забирайте подарунки на знак покарання.
4. Пам'ятайте про час давності правопорушення. Якщо ви з'ясували, що вчинок скоєно давно, краще не карайте.
5. Покараний – прощений. Сторінка перегорнута, не згадуйте про це. Не заважайте починати життя спочатку.
6. Покарання – але без приниження. Якщо дитина відчує перевагу вашої сили над її слабкістю, і вважає, що ви несправедливі – покарання подіє у зворотному напрямку.
7. Дитина не повинна боятися покарання. Дитина має боятися не вашого гніву, а вашої образи.

ДИТИНУ НЕ КАРАЮТЬ:

1. За те, що вона чимось не влаштовує дорослих: холерика за те, що він непосидючий і впертий, сангвініка — за рухливість, флегматика — за повільність, неврівноваженого — за плаксивість.

2. Під час їжі (або лишаючи їжі, а саме: «Ти залишаєшся без обіду!»).
3. Якщо вона зазнала невдачі (вона й без того засмучена, присоромлена, пригнічена). Тут краще підтримати її.
4. За прорахунки самих батьків.
5. На людях (в автобусі, на вулиці), адже це ще й публічне приниження.
6. При молодшій дитині, оскільки підривається авторитет старшої, а якщо є ревнощі між дітьми, то це може породити озлобленість у старшої дитини, а в молодшої — злорадство, а це погіршить їх взаємини.
7. За емоційність, імпульсивність, енергійність. Здатність передбачати наслідки своїх вчинків остаточно формується у дівчат до 18 років, у хлопців — до 20, але навчати цього слід з трьох, а особливо з п'яти років. Карати за вчинки, які дитина не може передбачити, — значить карати за те, що вона дитина.

Реакція батьків на вчинок дитини має бути продуманою, вільною від негативних емоцій. У реакції не повинно бути істеричності. На істеричний крик, жестикуляцію, надлишок емоцій дитина відповідає тим самим. Не повинно бути люті, гніву. Лють призводить до надмірних покарань, а це породжує в батьків муки сумління. Спочатку покарали, а потім шкодують, жаліють. Тепер в очах дитини винні батьки і вона стає в позу ображеної. Не слід погрожувати дитині, краще попередити. Часом погроза сприймається гірше, ніж саме покарання. В погрозі завжди є шантаж, і зрештою дитина також починає шантажувати батьків.

ЯК ЗАПОБІГТИ НЕГАТИВНИМ НАСЛІДКАМ ПОКАРАННЯ

1. Відокремлюйте свої почуття від дій. Не засуджуйте дитину. Вона має відчувати, що її люблять, але її дії в конкретному випадку можуть бути неприйнятними. Суворі слова мають стосуватися тільки неправильних дій дитини, але не її особистості.
2. Треба враховувати емоційний стан дитини. Якщо видно, що дитина засмучена і

дуже переживає, то чи потрібно додавати негативу, використовуючи покарання? Але водночас треба пам'ятати, що змінити поведінку дитини можна тоді, коли активізується її почуттєва сфера. Відчувши всю повноту негативних переживань, дитина навряд чи захоче повторити подібний вчинок. Потрібно, щоб вона набула цього негативного досвіду, але тут не можна перестаратися. А дорослий у цей час повинен бути поруч, зі схваленням поставитися до рішення дитини виправитися і всіляко підтримати її.

3. Перш ніж карати, треба обов'язково з'ясувати мотиви вчинку.
4. Якщо без покарання не можна обійтися, нехай дитина вибере його сама. Практика показує: діти здебільшого вибирають суворіше покарання, ніж батьки. Але в таких випадках вони не вважають його несправедливим і не ображаються.
5. Караючи дитину, впевніться у тому, що вона розуміє причину, щоб вона звинувачувала себе, а не того, хто карає. Якщо ж дорослий змушений застосувати покарання, то при цьому йому не можна використовувати образливі слова, принижувати гідність маленької людини, акцентувати увагу на слабких сторонах, фізичних вадах дитини.
6. Дайте зрозуміти синові чи доньці, що дисциплінарні проблеми дітей стосуються не тільки дорослих, а є спільними для всіх.
7. Навчайте дитину норм і правил поведінки в різних місцях і різних життєвих ситуаціях ненав'язливо та без моралізування.
8. Накладіть обмеження на небезпечні та руйнівні дії. Допоможіть дитині спрямувати свою активність у дозволене русло. У цьому полягає основна формула динамічного підходу до проблеми дисципліни дитини.
9. Будьте самі прикладом культурної поведінки з іншими людьми, з предметами та довкіллям.
10. Треба пам'ятати, що вся відповідальність за наслідки покарання цілком покладається на дорослого.
11. Слід пам'ятати, що міра покарання повинна відповідати важкості провини, тобто не треба застосовувати серйозне покарання за несерйозну провину.

НЕГАТИВНІ НАСЛІДКИ ПОКАРАННЯ

1. Відкритий опір покаранню — бунт, агресивні дії, впертість, дратівливість тощо.
2. Витіснення негативних емоційних переживань, зумовлених покаранням, шляхом спроб перенесення (перекладання) вини на інших осіб.
3. Накопичення негативних переживань, зумовлених покаранням, образи на оточення.
4. Перебільшення своєї провини за умови визнання недостатності покарання, морального самокатування – ауто агресія

Перед тим, як сварити дитину дайте відповідь на запитання: «Для чого?». Тобто що ви хочете з цього покарання?

З повагою, практичний психолог Кравченко Мілена Сергіївна