

## **Можно ли давать волю рукам?**



У некоторых родителей просто сдают нервы, другие считают это необходимым - и вот малыш получает шлепок по попке или подзатыльник и душевную травму. «Сейчас ты у меня получишь!»

Чем чаще всего «оправдывают» физическое наказание?

- Ребёнок был непослушным, дерзким, упрямым 36%
- Не знаю больше, что делать 21%
- Рефлекс, эмоции, стрессовая ситуация 19%
- Ребёнок бесился и провоцировал 15%
- Ребёнок соврал 6 %
- Слова не помогли 5%
- Ребёнок пришёл слишком поздно домой 2%

Любое физическое наказание задевает душу ребёнка, и всё же две трети родителей дают волю рукам. Даже если они легонько «всыпали» отпрыску, всё равно это — не метод воспитания!

Если ребёнок надерзил матери, не убрал свои разбросанные вещи или что-то не выполнил, родители, как правило, хотят шлепком обозначить границу дозволенного, показать ребёнку: так делать нельзя! Знать правила поведения, конечно же, важно, но всё же шлепки как «учебное пособие» не годятся. Даже если они и возымели немедленное воздействие, тот вред, который они нанесли психике ребёнка, нельзя недооценивать.

Любое физическое наказание унижает ребёнка, поскольку задевает его чувство собственного достоинства. Зачастую у него возникает ощущение, будто он вообще не такой, какой надо. В результате появляется обострённое чувство неполноценности. Кроме того, насилие – это средство принуждения, препятствующее установлению доверительных отношений между родителями и ребёнком.

Чем чаще родители прибегают к шлепкам, тем больше опасность превратить ребёнка в домашнего «пария». Он привыкает к тому, что он «злой», всё чаще раздражает родителей и в результате становится действительно трудным ребёнком.

Для детей, которых часто наказывают физически, насилие становится нормой. В итоге они сами начинают давать волю рукам: сначала бьют своих ровесников, а став взрослыми

– своих собственных чад. Опасно ещё и то, что поначалу лёгкие, скорее символические шлепки постепенно становятся всё более сильными и обидными. Шлепок, который когда-то «помог» в воспитании четырёхлетнего ребёнка, со временем превращается во взбучку для восьмилетнего.

Несмотря на самые добрые намерения, родители иной раз могут потерять терпение. Вот, например, что рассказывает 28-летняя Катя Ш., фельдшер, которая решила воспитывать свою дочь Лику (сейчас 3 года) не прибегая к физическим наказаниям: «Последние несколько месяцев она устраивает мне такие обструкции, у неё бывают такие взрывы упрямства, что я её просто не узнаю». Когда недавно Лика опять с рёвом бросилась на пол, мама не выдержала и всыпала ей. Всё случилось так неожиданно, что ужаснулась не только девочка, но прежде всего сама мама. «Такие свои промахи родителям не трудно загладить, - считает психолог. - Будет достаточно, если мама объяснит дочке: я этого не хотела, жаль, что так получилось, но ты тоже хороша – до чего меня довела!»

Но что делать, если ничего не помогает, если нервы сдают, а ребёнок всё чаще испытывает терпение родителей? Вот несколько советов, которые помогут контролировать ситуацию.

**ПРОЯВИТЕ НАСТОЙЧИВОСТЬ!** Если родители сказали «нет! », то не должны от этого отступать, хотя исключения, естественно, могут иметь место. Конечно, ребёнок может перейти границы дозволенного, но он должен точно знать, что это за собой повлечёт. Скажем, после дерзких слов придётся на три дня отказаться от телевизора и т. п.

**ВЫЯСНИТЕ ПРИЧИНЫ!** Если кто-то из родителей всё чаще даёт волю рукам, нужно задуматься о причине. Что побуждает вас к наказанию ребёнка – свои собственные заботы, недовольство жизнью, перенапряжение? Бывают трудные периоды в воспитании детей, когда особенно часто у родителей сдают нервы, например, когда у ребёнка так называемый возраст упрямства. В это время совсем необязательно обращаться к профессиональному психологу, обычно бывает достаточно просто обменяться опытом с другими родителями.

**ЭКСТРЕННОЕ СРЕДСТВО!** Когда терпение, кажется, вот-вот лопнет, надо просто выйти из комнаты, постоять у открытого окна, вдохнуть свежего воздуха и медленно сосчитать до десяти. Часто этого бывает достаточно, чтобы привести свои чувства в порядок.