

В последнее время количество случаев избиения, насилия и жестокого обращения родителей с детьми в российских семьях резко увеличилось. Данную ситуацию необходимо срочно исправить и это полностью зависит от родителей. Для детской психики физическое насилие со стороны близких людей очень опасно. Решив однажды попробовать, как НЕ поднимать руку, НЕ орать, НЕ бить ребенка, многие мамы и папы наслаждаются новым подходом, начиная радоваться жизни.



Родителям о наказании детей

Наказывая своего ребенка физически, родители наносят ему непоправимый моральный вред. Боль стихнет, но воспоминания об унижении оставят след в душе. Моральные травмы могут проявляться по-разному в течение всей жизни. Многие родители думают, что дети подрастут, поймут их и забудут.

Последствия ситуаций, когда родители бьют своего ребенка, не зная, что делать с неконтролируемыми вспышками ярости: происходит подмена понятий «наказание» и «воспитание». Цель воспитания — помочь освоить новые навыки, цель наказания — осуществить внешний контроль вместо внутреннего. Последствия наказаний:

- Ребенок испытывает боль, страх перед родителями, которым доверял, ощущает себя преданным. Позже, по мере взросления, он продолжает разрешать конфликты подобным способом. Родители оправдывают себя: «Я бью его, чтобы он усвоил урок, вырос человеком». Подумайте, какой личностью он вырастет?
- Побои могут привести к физическим травмам и необратимым последствиям. Когда вы осознаете и скажете себе: «Дело во мне, это я срываюсь на ребенке и бью его» — увидите со стороны, как «лупят» своих детей другие родители. Поймете, как хрупок маленький человечек, и сделаете все, чтобы из жизни вашего ребенка ушли боль и страх.
- Насилие в семье приведет к такому же образу действий в детском саду, школе. Малыш или подросток будет повторять модель поведения, принятую в семье. Вымещать свой негатив на других.

Телесное наказание — способ, который «работает» быстрее остальных, поэтому родители применяют его чаще других. Когда взрослый бьет детей, он наносит этим и психическую травму, вследствие чего у маленького человека снижается умственное и физическое развитие, тяга к творчеству, угасают эмоции.

Почему взрослые применяют силу

Дело не в поведении маленького человека, а в неспособности взрослого выйти с достоинством из ситуации.

Физическое насилие, даже безобидные тычки, хлопки по попе, подзатыльники, говорят об одном — мама или папа НЕ знают, что можно вести себя по-другому, НЕ желают или НЕ способны изменить свое поведение.

Почему взрослые хотят побить ребенка:

1. Пришли с работы уставшие, раздраженные, а соскучившееся чадо засыпает вопросами: когда почитаем, когда поиграем, когда проверишь уроки? С объяснений родители быстро срываются на крик, не хватает терпения, не до ребенка, своих дел и проблем много.
2. Применяют принцип «всех в детстве били, меня тоже, и я буду».
3. Желают показать, кто доминирует в семье.
4. Считают, что бить детей — самый действенный способ воспитания. Так чадо быстрее всего поймет, что можно делать, а чего нельзя. Вырастет воспитанным и трудолюбивым.
5. Вымещают раздражение, накопленное за день, кто-то обидел на работе или оскорбил в транспорте, на улице. Взрослого обидчика часто ударить нельзя, а маленького человека можно, тем более своего родного...

Также многие женщины делают шокирующие признания типа «Я хочу бить его потому, что он напоминает мне ушедшего мужа». И малыша лупят за то, что у мамы плохо с психикой.

За всеми этими причинами стоят проблемы в голове взрослого, которые он не способен сразу разрешить, часто даже не догадываясь об их существовании. Для прояснения ситуации необходимо четко понимать, что в любом случае можно обойтись без физического насилия над ребенком.

Имеются спокойные безопасные методы воспитания.

Если вы желаете узнать, как перестать орать на своего ребенка, шлепать его, то займите в первую очередь себя интересными делами. Станете спокойнее, и дети ощутят это на себе. Пусть постепенно, но результат будет — чадо перестанет «донимать» (по вашему мнению), найдет увлечения, подтянет вас к своим делам, и в семье воцарится мир.

Кричать в гневе на ребенка и бить его — для воспитания противопоказано.

Чтобы остановиться, используйте советы, проверенные другими родителями. Прочитайте внимательно, подумайте над каждым пунктом. Не страшно, если узнаете себя. Хуже, если захотите оставить всё как есть, продолжая увязать в этом болоте.

Начните с себя

Не можете сдержаться, кричите и бьете ребенка? Мало родителей, которые на самом деле жестоки и испытывают радость от физического насилия над детьми. Подавляющая масса мам и пап очень сожалеет о своем поведении, часто плачет вместе с обиженным чадом, просит прощения.

Вас ждет большая работа. Каждый раз вы будете перебарывать в себе искушение решить проблему непослушания быстрым знакомым способом. Но со временем ощутите, что отмена физического насилия выравнивает ситуацию, делает детей понимающими, послушными, налаживает мир в семье.

Что для этого нужно?

Перестаньте говорить маленькому человеку, как себя вести. Это не дает результата. Он противится вам, вы на него кидаетесь с тычками, шлепками, криками и оскорблениями.

Покажите своим поведением, что нужно делать. Ведь дети — наше отражение.

Приучаете к порядку? А вы сами, кладете свои вещи на место?

Дети не дают отдохнуть после рабочего дня? А вы делаете это, когда они приходят из школы либо детского сада? Или загружаете их делами, лишь бы они постоянно были заняты, не играли в телефон, не просили вас решить задачку, проверить уроки?

В любой ситуации посмотрите на себя и задайте один вопрос: как поступаю Я в таких же обстоятельствах? Вам обидно, если собственное дитя набрасывается на вас с кулаками, пытаясь что-то взять силой. Зачем же вы показываете, что только физическое насилие дает результат?

Примите свой гнев и работайте с ним

Многие родители жалуются: «Я ору и бью своего ребенка, не могу сдержаться, что делать?»

Здесь имеет место отрицательная эмоция «гнев». Пока дети маленькие, больше времени с ними проводит мама. Она сильно устает, у нее нет сил на положительные переживания. Она знает и применяет различные успокоительные техники, но всё равно жалуется, что «В определенный момент я срываюсь в гнев, кричу, и вот уже избила его... Что мне делать?»

Для начала следует понять — гнев мы часто вымещаем на тех, кого любим. Особенно на тех, кто слабее или молчит. Эмоции существуют отдельно от нашей любви. Они возникают в мозгу. Необходимо разделить их с чувствами.

Найдите время покопаться в себе, заметьте, когда вы начинаете испытывать гнев, четко осознайте — нужен ли он сейчас? Поможет исправить ситуацию или, наоборот, только ухудшит ее?

Лучше ведь, когда ребенка не бьют за расколотую чашку, а быстренько собирают вместе осколки, целуют, обнимают, говорят «бывает» и довольные идут дальше делать свои дела. Настроение у всех улучшается.

Целуйте, обнимайте его. Не вырастет он от этого изнеженной особой. Наоборот, получив достаточно тепла и ласки в детстве, во взрослой жизни человек будет искать не «няньку» для себя, а того, кому сможет подарить свою заботу.

Ошибки — это часть жизни

Приучите детей к мысли, что ошибки — неотъемлемая часть процесса познания. Признайтесь себе: «я побила своего ребенка». Обнимите его и прямо скажите, что вы совершили ошибку. Что делать? Попросите дать возможность ее исправить. Дети поймут — взрослые тоже допускают «промахи», но всё можно исправить. А потом применят такой же подход в другой ситуации.

Кто-то возразит, что это долгий путь. Гораздо быстрее можно чего-либо достичь, если время от времени применять физическое наказание.

Но дети запоминают отношение к ним. В следующий раз они будут вести себя хорошо не потому, что хотят этого, а чтобы избежать ругани родителей, и не чувствовать на себе толчков, шлепков, или за определенную плату — игрушки, аттракционы, лишний час за компьютером.

А потом, ваши дети, дадут такое же воспитание, основанное на страхе и выгоде, своим детям.

Часто мамы спрашивают у специалистов: «Почему я бью старшего ребенка, что делать?». Потому что маленький еще слабенький и хрупкий, у родителей на него не поднимается рука. Пока. Позже до него дойдет очередь. А пока малыш видит, что мама не знает, как сдержаться и не ударить. Он рад только одному — хорошо, не мне досталось.

Но данный метод поможет воспитать слабое существо, которое будет всеми силами стараться избежать наказания, хитрить, изворачиваться. Ребенок, родители которого не знают, как перестать кричать на маленького ребенка и бить его по попе, станет мстить родителям, вымещать злость на тех, кто слабее (младшие дети, животные). Цепная реакция. Поэтому физическое насилие — тупик.

Позаботьтесь о своем душевном равновесии

Вы устали за день, хочется сказать: «Оставьте меня в покое, дайте отдохнуть». Лучше сделайте следующее:

- пока готовите ужин или моете посуду, включите легкую фоновую музыку, поиграйте с малышом в спокойные игры, например, в слова, или дайте ему лист бумаги, карандаши, пусть рисует маму, сидя рядом за кухонным столом;
- разговаривайте с детьми подросткового возраста, интересуйтесь как прошел день, следите за настроением своего ребенка;
- включили телевизор, порисуйте вместе с ребенком, поиграйте в куклы, конструктор, машинки, поговорите со школьником-подростком, спросите о его делах, об учебе, отношениях со сверстниками. Ведь от вас нужно немного — просто помогать, можно лежа, 20-30 минут спокойных занятий или общения с ребенком, и довольное чадо уйдет по своим делам, а вы немного отдохнете.
- придумайте себе маленькие радости, поймите, от чего вы получаете удовольствие. может, это большая мягкая игрушка, которую можно обнять, прослушивание приятной музыки, аудио-рассказов, посещение музеев, театров, кафе, прогулка в парке — составьте свой список, и время от времени балуйте себя.

От этого всем будет хорошо, а вопрос, как сдержаться, чтобы не ударить ребенка, оставит вас. Спокойные родители — спокойные дети.

Информация подготовлена:
зав. отделом ВРиСПС Е.Н.Белогур