

Как воспитывать, но не калечить

Автор: Столярова С.С.

Большинство из нас, родителей, любит своих детей, но неизбежно и не всегда, к сожалению, осознанно мы смотрим на своих детей сквозь призму того, как воспитывали нас, и это влияет на то, как мы проявляем свою любовь. У меня нет никакого желания осудить кого-то, «поймать за руку» или застыдить за «неудовлетворительное» родительство. Понимаю, как непросто растить ребёнка, какая это невероятно сложная задача. Я - мама двоих дочерей, и прекрасно знаю это из собственного опыта. Считаю, что осуждение и критика вредны для жизни, понимания и дальнейшего роста.

Мне по-настоящему очень важно, чтобы мы с вами просто увидели и осознали последствия наших взрослых ошибок над детской душой.

Негативные методы воспитания детей

1. Принуждение.

Обычная ситуация: ребёнок не хочет, родитель или учитель принуждает. Первый по каким-то причинам решает чего-то не делать. Второй считает необходимым не искать причины такого решения, а просто заставить. Послание при этом примерно таково: «Ты сам не можешь, у тебя нет своей воли, опыта, ума, а у меня есть!» Тот, кого часто принуждают, живёт в конфликте с собой. Постоянная жизнь под принуждением - верный путь к окончательной потере себя самого. Таким образом, нам важно осознать, что, регулярно принуждая детей, мы калечим их здоровую волю, закладываем в них привычку страдать и терпеть.

2. Устыжение.

Устыжение, как излюбленная родительская, а также многих учителей манипуляция. Срабатывает сиюминутно, эффективно. Послание при этом таково: «Ты плохой, ужасный, я вижу тебя насквозь, ты от меня ничего не скроешь. Учти, я слежу за тобой и всегда готов вывести тебя на чистую воду». Если мы пристыдили ребёнка, особенно публично, то вот что мы на самом деле сделали:

- продемонстрировали своё превосходство, совершив акт психологического насилия;
- объявили его плохим, и это чувство, увы, надолго останется с ним;
- поселили в нём страх перед собственными ошибками, недостатками, поступками;

- положили ещё один камень в сооружение его собственной «тюрьмы», которая не позволит ему проявляться, творить, пробовать, самовыражаться, достигать успехов;
- вскрыли перед всеми, то что он предпочёл бы оставить при себе, тем самым нарушили его личные границы.

Таким образом, устыжение, вопреки всем ожиданиям, не делает ребёнка лучше, оно делает его скрытнее. Риск быть пристыженным заставляет загонять вглубь многие естественные проявления и импульсы, заставляет бояться самого себя, мыслей, чувств. Устыжение - это внешняя замена внутренней совести ребёнка.

Принуждая ребёнка, вы забираете себе его волю, а стыдя, вы забираете себе его совесть!

В конце концов, ему становится выгоднее либо жить бессовестным, либо жить в страхе наказания. Принимать ребёнка со всеми его недостатками и достоинствами всегда полезнее, чем пытаться его пристыдить.

3. Наказание.

Наказание применяется, как правило, с целью предотвратить повторение подобного повеления в дальнейшем. Однако часто за ним скрывается всего лишь проявление взрослой беспомощности, разочарования и злости. Справедливое наказание за реально нанесённый ущерб ещё может быть воспринято ребёнком как адекватная мера. Несправедливое наказание рождает лишь обиду, злость, возмущение.

Послание при наказании: «Ты, видимо, не понял, как ужасно поступил? Так вот, я причиню тебе боль, сделаю тебе плохо, унижу тебя за то, что заставил меня переживать». Ребёнок, которого наказывают с помощью унижения, физического или психологического насилия, в итоге очень быстро сам становится насильником. Поскольку несправедливое наказание почти всегда воспринимается как акт унижения, проявление агрессии, то в ответ оно рождает лишь желание унижать и мстить.

Альтернативы наказанию. Если ребёнок не хочет вас послушать и прекратить то, что он делает, возможно, для него это супер важно. Тогда следует обсудить сложившуюся ситуацию и договориться о форме, сроках. Например: «Я понимаю, что тебе не хочется идти домой, делать уроки, а хочется погулять, но я могу дать тебе только три дня на исправление всех нежелательных оценок». Кроме попыток договориться, обозначив ваши чувства и намерения, альтернативой наказанию будет чёткое установление границы. можно просто твёрдо сказать: «Стоп, прекрати, остановись, перестань пожалуйста». Твёрдость ваших слов будет всегда воспринята ребёнком. Постоянный истеричный крик воспринимается им не как «стоп», а

как сигнал бессилия. Если учитель твёрд в своих намерениях, то ученик всегда его прекрасно услышит и прекратит действие, не переходя границы дозволенного. Ещё одна альтернатива – обсуждение случившегося. Даже повзрослев, мы нередко совершаем поступки, о которых потом сожалеем. Попытки же понять мотивы, выяснить обстоятельства, при которых это произошло, что двигало и зачем, помогают лучше понять себя и сложившиеся обстоятельства.

4. Угрозы.

Неверие в силу нашего воздействия приводит к тому, что мы начинаем запугивать наших детей, манипулируя самым ценными и важными для них – безопасностью.

Послание при угрозах: «Если ты не будешь слушаться, то мы сделаем то-то....., отдадим тебя какой-нибудь буке, и ты не никогда не будешь в безопасности». Ребёнок, которому часто угрожают, всегда живёт в страхе быть покинутым. Угрожая детям, мы, безусловно, делаем их послушными, но при этом лишаем ощущения собственной ценности. В результате они учатся обесценивать себя и окружающих.

5. Критика.

Многие мои коллеги убеждены в эффективности критики, свято верят, что она заставляет детей стараться стать лучше, стремиться к высокому, к достижениям, к далёким светлым целям. Ребёнок, которого часто критикуют, вырастает очень зависимым от чужих оценок. Страх получения плохой оценки или плохого результата делает ребёнка напряжённым, зависимым. В некоторых случаях, уставая сопротивляться критике, что-то доказывать всем вокруг, ребёнок решает стать окончательно плохим «двоечником, лоботрясом, хулиганом». Критикуя ребёнка, мы забираем у него самооценку (то есть уверенность, что оно ценен для нас без каких бы то ни было достижений) и его самооценку (то есть трезво и реально оценивать себя). Учителю надо запомнить - «закритикованный» ребёнок становится самым тревожным, может уйти в депрессию, начать отказываться от любой деятельности, даже от той, что ему вполне под силу. Важно также поддерживать в ребёнке способность получать удовольствие от процесса, обычно свойственную детям, не замученными оценками. Получение удовлетворения от любого дела сделает процесс обучения или творения увлекательным.

6. Унижения, ругательства.

Унижения в общении с ребёнком среди большинства взрослых всё же не считаются полезными, хотя, к сожалению, в моменты сильного

разочарования или бессилия взрослым трудно их избежать. Послание при ругательствах и унижении: «Ты, наверное, не понимаешь, что я тобой недоволен и разочарован, поэтому я поднимаю децибелы и усиливаю акцент на том, как именно ты плох. За счёт унижительной лексики я перевожу своё недовольство в нападение, чтобы запугать и унижить тебя, чтобы мне полегчало, а ты стал окончательно виноват». У тех, кого часто ругают, сильно занижена самооценка. И потому такие дети очень старательны, они боятся быть постоянным объектом унижения. Дети, которых постоянно унижают, учатся самоуничтожению, или наоборот со временем уничтожают, причиняют боль другим, проявляя жестокость, насилие.

7. Похвала

Кажется, что хвалить – значительно полезнее, чем ругать или критиковать, но это верно лишь отчасти. Конечно, критика и унижение – плохой «компост» для развития и роста. Но важно помнить, что похвала – это та же оценка, только положительная. Ребёнок, которого много хвалят, будет так же сильно зависеть от внешних оценок, как и тот которого критикуют. Послание при похвале: «Я замечаю, когда ты что-то делаешь хорошо. Я рад этому. Я хочу убедиться, что тебе и впредь будет приятнее меня радовать, чем огорчать. И ещё мне важно, чтобы ты понял, что делать что-то хорошо – это означает радовать меня». Ребёнок всегда будет испытывать колоссальный страх перед угрозой разочаровать гордящихся им родителей, близких. Если ребёнок понимает, что до заданной планки ему нипочём не добраться, он не заслужит похвалу, то, он весьма вероятно, уйдёт в другие защиты: недоделанные дела, незаконченные проекты.

Регулярная похвала отнимает у детей свободу, свободу быть любимым, совершать ошибки, пробовать, учиться и осваивать постепенно. К тому же похвала вызывает у детей мучительный страх разочаровать тех, кто уже один раз их похвалил.

Альтернатива похвале: лучше интересоваться, спрашивать, позволять ребёнку оценивать самому. Например: «Как ты думаешь, каков был твой ответ? Ты на все вопросы ответил? Давай вместе посчитаем, сколько правильных ответов? Мне нравится, что ты так усердно готовился к этой контрольной». Гораздо проще сказать «Молодец», «Замечательно», чем позволить ребёнку самому оценить себя.

8. Игнорирование

Несмотря на то что при игнорировании не произносится никаких слов, тем не менее, оно тоже является интервенцией, причём весьма сильно воздействующей на ребёнка. Традиционно игнорирование считается менее

агрессивным и «вредным» для психики ребёнка актом, чем открытое выражение недовольства, но это иллюзия.

Послание, получаемое ребёнком при игнорировании: «Когда ты поступаешь плохо, я наказываю тебя отвержением. Я демонстрирую тебе, что в данный момент ты настолько плох, что я отказываю тебе в общении со мной. Я горжусь тем, что не ругаю тебя. И ты будешь страдать, пока не попросишь прощения или пока я тебя не прощу».

У ребёнка, с которым резко обрывают связь, отвергают, всем своим видом показывая недовольство, забирают настоящее. Мы отнимаем у него покой и уверенность в том, что он по-прежнему будет любим, потому что отверженный ребёнок не может жить настоящим.

Альтернатива игнорированию - проявление своих чувств. Бывает, что вы так разозлились на ребёнка так сильно, что у вас нет никакого желания с ним разговаривать. В таком случае лучше сказать ему об этом: «Я так зла, что не могу разговаривать, вот успокоюсь и поговорю с тобой». В этом случае ребёнок поймёт, что он сделал что-то, что вас разозлило, но он не отвержен и связь с вами не утеряна. Важно осознать, что наказание показательным игнорированием - это причина серьёзной душевной боли вашему ребёнку.

Наших детей действительно формируют наши воздействия. Вот только у многих разорвана связь между тем, что они делают в отношении детей, и тем, что хотят получить в результате воспитания. И получая совсем не то, что ожидали, они склонны по-прежнему обвинять во всём детей, не желая брать ответственность за свои ошибки. Так как, воспитывать, но не калечить? Перечисленные воздействия учителей и родителей вызывают пагубные последствия для психики ребенка. Наша минимальная ответственность заключается в том, чтобы хотя бы осознавать это. Ошибаются все, это естественное следствие человеческой природы. И наша задача - научиться правильно относиться к ошибкам, их анализировать и исправлять.

Не бывает «плохих» детей у «хороших», во всём всегда «правых» родителей.

Список литературы:

1. Млодик И.Ю.Метаморфозы родительской любви, или Как воспитывать, но не калечить – М. Издательство «Генезис», 2012г.
2. Пискорская А.П. Как воспитывать, но не калечить