

Статья «Родителям о последствиях телесного наказания ребёнка и предлагаемая альтернатива...»

Кто бы из нас, родителей, не желал бы иметь «дисциплинированного ребёнка»? Да, наверно, нет таких! А что же такое дисциплина? Это слово происходит от однокоренного слова *disciplinare*, обозначающего **учить, преподавать**. Но несмотря на это, многие родители рассматривают это понятие как применение телесных наказаний для ребёнка и аргументируют свои действия тем, что их тоже когда-то били в далёком детстве и ничего плохого не произошло.

«Бить или не бить?» Проблема телесного наказания, к сожалению, очень актуальна в современном мире. Какова же цель физического наказания? Желание взрослого продемонстрировать своё превосходство, силу и значение над этим беспомощным существом, которое не может противостоять взрослому? Указать ему его место, унижить, оскорбить и подчинить своей воли?

А вернее всего показать ребёнку: «Прав тот, у кого сила». Но как ни странно, к нашему удивлению, телесные наказания ребёнка просто провоцируют следующую волну его непослушания, что в свою очередь, приводит к новому всплеску агрессии родителей и появляется в семье так называемый непрекращающийся «круговорот насилия». Это весьма, сомнительная «семейная традиция» напоминает нам средневековую экзекуцию и ни к чему хорошему не приведёт.

А теперь немного аргументов о науке! Очень внимательно послушаем, что нам об этом она говорит? Каковы же последствия телесных наказаний?

Всем известно, что телесные наказания связаны с болевыми ощущениями, которые приводят к срыву тормозных процессов коры головного мозга и «буйству» безусловного оборонительного рефлекса, в результате чего у ребёнка появляется чувство страха и этим объясняется его крик: «Простите! Я больше не буду!». **Мы просто ликуем!** На наш взгляд, наказание дало положительный эффект, ребёнок будто бы «понял свою ошибку» и даже попросил прощения у взрослого. Но это, к сожалению, далеко не так.

По этому поводу известный психолог **Борис Фёдорович Ломов** отмечает обратное: «Под влиянием болевого сигнала перестраивается работа всех органов организма, что приводит к повышению его реактивности, то есть свойства темперамента, которое проявляется в том, с какой силой и энергией ребёнок реагирует на то или иное воздействие раздражителя, в данном случае этим раздражителем является «чувство боли». Борис Фёдорович пишет, что особо следует отметить повышение тонуса скелетной мускулатуры, сократимости и возбудимости мышц, а также увеличение чувствительности всех анализаторов, что обеспечивает быстроту оборонительных реакций и большую, чем обычно, предусмотрительность поведения.

Таким образом, в ситуации, когда ребёнок по выражению родителей, проявляет упрямство, не подчиняется предъявленным к нему требованиям, не признаёт их правоту и свои ошибки, к огромному сожалению родителей, физическое наказание создаёт всего лишь только иллюзию разрешения конфликта: вдруг у ребёнка происходят резкие изменения в поведении: до этого долго упрямившийся ребёнок, быстро подчиняется, просит прощения, проявляет все признаки покорности и послушания. Конечно же, родителям в этих случаях невдомёк, что подчиняется, просит прощения не их ребёнок, а что сознание ребёнка, все нормальные его связи с внешним миром нарушены и его языком с родителями говорит инстинкт самосохранения, животная эмоция страха.

На основании данных исследования известного психолога **Петра Петровича Распопова** в книге «О фазовых состояниях возбудимости мозговой коры, в связи с некоторыми индивидуально-психологическими особенностями учащихся» можно предположить, что применение телесных наказаний ведёт к образованию у воспитанника состояния так называемой пароксизмальной фазы, которая характеризуется крайней резкостью и напряжённостью реакций, независимо от силы и длительности болевых ощущений, охранительным торможением, охватывающим деятельность коры больших

полушарий, возникновением явлений «затмения» и большой склонности к аффектам. Такое фазовое состояние может относительно прочно фиксироваться, становиться одним из личностных качеств ребёнка.

Также следует иметь в виду, что в зависимости от индивидуально-личностных и возрастных особенностей проявления фазовых состояний могут быть весьма различными. При определённых условиях внешней реакцией на применение телесного наказания может стать полное безразличие, которое является, однако, как признак серьёзных сдвигов нервных процессов в сторону патологии.

Хочу предложить, нам, родителям, современную статистику, которая расскажет о последствиях телесного наказания ребёнка. У детей, к которым применяется телесное наказание хуже развивается речь, такие дети приобретают больше преступных наклонностей в возрасте до 9 лет (преступное поведение предполагает агрессию и нарушение правил поведения). У взрослых детей чаще всего возникают психологические расстройства и зависимость от алкоголя и наркотиков, возникают проблемы с физическим здоровьем (повышенное давление, гепатит, диабет, сердечно-сосудистые заболевания, гастрит, артрит, ожирение). Взрослые, к которым в детстве применялось телесное наказание чаще практикуют бытовое насилие и имеют различные нарушения, чаще всего бывают вовлечены в ситуации с применением физической или вербальной агрессии в отношении с супругами. Эта статистика, конечно, не радует, а ещё раз предупреждает нас, родителей, об этой опасности, о нашем эгоцентризме и безответственном отношении к нашим детям - будущему поколению, которое по нашей некомпетентности порождает нездоровое общество.

Но никогда не поздно пересмотреть стратегию воспитания своего ребёнка, чтобы он вырос и был успешен во всех делах, любил и уважал своих родителей и приносил им только радость, даровал спокойную и глубокую старость. Помните, что наши дети относятся к своим престарелым родителям так, как родители относились к ним в детстве. И не столь важно, какие мотивы нами двигали в том или ином поступке в отношении к своему ребёнку. Дети всё чувствуют и на бессознательном уровне «зеркалят» поведение своих родителей и их отношение к себе. Поэтому искренне любите своих детей и принимайте такими, как они есть.

Альтернатива телесным наказаниям существует. Психологами разработана эффективная дисциплинарная система, которая включает в себя три ключевых элемента. А для того, чтобы дисциплина была действительно эффективной каждый из этих элементов должен адекватно функционировать:

1.Развивать положительные, поддерживающие и любящие отношения между родителями и ребёнком:

- Поддерживать положительный эмоциональный тон в доме.
- Уделять внимание ребёнку, чтобы закрепить положительную модель поведения (и не уделять внимание, чтобы уменьшить количество случаев с негативной моделью поведения).
- Быть последовательными в ежедневных делах, чтобы уменьшить сопротивляемость и сделать негативный опыт менее травмирующим.
- Быть последовательными, реагируя на аналогичные примеры поведения ребёнка.
- Быть гибкими, слушая, разговаривая, привлекая ребёнка к принятию решений.

Подобная методика связана с долгосрочным воздействием на моральную оценку событий и действий.

2.Использовать стратегию поощрений, чтобы увеличить примеры желательного поведения:

- Регулярно уделять положительное внимание или «специальное время».
- Внимательно слушать ребёнка и помогать ему учиться использовать слова для выражения чувств.

- Давать ребёнку возможность делать выбор и осознавать последствия этого выбора.
- Поощрять желательное поведение частыми похвалами и игнорировать мелкие проступки.
- А главное, быть хорошим примером правильного предсказуемого поведения, уважительного общения и разумного разрешения конфликтов.

3. Убирайте поощрения или применяйте наказания, чтобы сократить или устранить нежелательное поведение.

- Будьте последовательны, когда вы временно устраняете привилегии (увеличивает послушание от 25% до 80%).
- Чётко объясняйте, что такое плохое поведение и каковы его последствия.
- Демонстрируйте немедленные и сильные последствия плохого поведения, когда оно возникает в первый раз.
- Демонстрируйте соответствующие последствия каждый раз, когда возникает пример плохого поведения.
- Объясняйте и поправляйте спокойно и с симпатией.
- Объясняйте последствия. Это помогает детям научиться вести себя правильно.
- Используйте вербальные замечания редко, и всегда направляйте их на плохое поведение, а не на характер ребёнка.

Так что если мой ребёнок играет в мяч на проезжей части? Я вынуждена шлёпнуть его, чтобы он больше так никогда не делал! Но на самом деле, самый эффективный сдерживающий фактор для детей в подобных ситуациях – это увидеть, что вы за них боитесь...а не то, что вы их шлёпнули.

Литература:

- Гордин Л. Ю. Поощрения и наказания в воспитании детей, М., 1971.
 Левитов М.Д. О психических состояниях человека, М., 1964.
 Ломов Б. Ф. Человек и техника. Очерки инженерной психологии, М., 1966.
https://www.pravmir.ru/author/user_1417458029/