Информация для родителей на сайт «Психолог советует»

Угрозы.

*«Убери, иначе выкину!»*

Давайте разберем подробнее столь популярное наказание устрашением. Это наказания угрозами: "убери, иначе заберу все игрушки", "прекрати плакать, иначе отшлепаю", "вынь изо рта, иначе заберу", "прекрати драться, а то лишу мультиков", "ешь суп или не получишь сладкого", "делай уроки, иначе никакой прогулки" и пр.

Возьму распространенный пример про уборку игрушек. Ребенок поиграл и не хочет убирать за собой. **Родитель говорит**: "Убери, иначе все выкину в помойку". Представим ощущения участников процесса.

**Родители думают**: "Он испугается, что я выкину игрушки, сделает, то что я хочу (все верно, и поймет, как важно убирать за собой и будет это делать.

Заблуждение №1: Наказания и знание того, как нельзя и как надо, не приводят к автоматическому пониманию того как этого достичь. Например, на работе начальник недоволен, что вы упустили клиента, он на вас накричал /поругал/ оштрафовал, пригрозил, что еще раз - и уволит. И вы понимаете, что клиентов надо сохранять, а не упускать, но как это сделать все еще не знаете. Так и у ребенка: он все еще будет не уметь брать себя в руки, у него не разовьется быстренько самоконтроль лишь потому, что он боится, что его игрушки выкинут. Поэтому такие угрозы, да, приведут к прекращению сиюминутного поведения, но ничему ребенка не научат. То есть бесполезны в долгосрочной перспективе.

**Родитель подумает**: «Так он приучится к порядку. Сейчас будет делать по моей указке, но потом привыкнет и выработается привычка».

При этом у **родителя может быть фантазия**, что ребенок впоследствии будет ему благодарен за это. Пусть не сейчас, а когда-то потом, когда он станет постарше *(в подростковом возрасте)* он вспомнит и поблагодарит: "Спасибо маме/отцу. Они научили меня аккуратности, без них, был бы я неряхой".

Заблуждение №2:Исследования мотивации нам говорят обратное: принуждение мотивацию убивает напрочь.

Что происходит с ребенком: Угроза - это **психологическое давление**, манипуляция, это то же самое наказание. Ребенок пугается. Нервничает сильно. Ощущает себя не в безопасности. Для него личные вещи - это продолжение себя. " Сейчас заберут важную часть меня, отнимут. SOS!" "И сделает это тот, кому доверяю больше всего - самый близкий". Мир рушится. Тревога растет. В лучшем случае это кончится истерикой, нарастанием конфликта и еще более жестким наказанием и, как следствие, утратой еще одного кусочка доверия. А в худшем, ребенок замкнется и сделает вывод: "**Родитель - опасный человек**. С ним надо быть настороже. Я не могу никому доверять, даже самому близкому".

При регулярных наказаниях такого рода, ребенок начинает чувствовать, что у него нет права голоса, что он должен подчиняться, просто потому что **родитель так захотел**. А у него, ребенка, нет никаких прав. Иногда он начинает грызть ногти, и во взрослом возрасте продолжают заниматься самоедством. В последствии у него формируется ощущение, что он ни на что не может повлиять. Часто такие дети вырастают во взрослых, которым сложно брать на себя ответственность в семье и на работе, сложно принимать решения, потому что есть ощущение, что бы ты ни сделал, все равно придет кто-то сильнее тебя и все отнимет без объяснения причины. Тогда зачем делать?

Какой образ **родителя** формируется при этом: **родитель - некий всемогущий***«бог»*, который по своему усмотрению может лишить ребенка чего-то хорошего. Не потому что ему так полезно, а потому что ему, *«богу»*, так надо. Например, когда он угрожает: "Немедленно одевайся, иначе никаких мультфильмов вечером».

**Родители** для ребенка - опора и тыл. Это те люди, которые любят его безусловно. В жизни разное происходит и важно, чтобы ребенок мог прийти к **родителю** в трудную минуту и поделиться. Особенно важным это становится в критический подростковый период, когда дети сталкиваются со сложными дилеммами, связанными с алкоголем, наркотиками, сексом. Жертвуя доверием в отношениях в пользу сиюминутного эффекта послушания, **родитель** рискует лишить ребенка опоры в такой важный жизненный период.