**Бить детей нельзя**

|  |
| --- |
| Вроде наше общество становится всё более цивилизованным, но часть родителей так и продолжают применять физическое насилие к детям.К физическому насилию относятся, не только избиение, но шлепки по попе (даже «лёгкие»), подзатыльники и тд.Я объясню причины, чем это чревато и почему это БЕСПОЛЕЗНО!! **Почему этот метод бесполезен?**  Родитель  пытается что-то донести до ребёнка, но  какие выводы он делает на самом деле? Поверьте, причину он так и не понял, не переработал как опыт. Но он точно усвоил, что тот, кто сильнее, может сделать больно тому, кто слабее. Он усвоил, что если он перестанет делать «что-то», то ему не сделают больно.  (Под «что-то» подставьте свой вариант). Чувствуете разницу? Не то, что «делать что-то нельзя само по себе». А «делать что-то  я не буду, потому что не хочу боли». Этот опыт ребёнка научит врать, подстраиваться, подставлять, подчиняться, быть удобным, не более.***В чём ВРЕД этого метода?***Часть детей становится закрытыми, отчуждёнными. Родители часто путают это с послушанием.Часть детей начинают вести себя ещё хуже.  Их поведение становится протестным, невыносимым. Внутри много обиды. Иногда это поведение становится отсроченным, и многие родители удивляются: «С чего вдруг это началось?». (См. предыдущую статью про плохое поведение).Когда родитель машет перед ребёнком ремнём, ситуация для него становится угрожающей. И на первый план выходит программа по выживанию, а не программа по развитию. Чем чаще эта ситуация повторяется, тем больше условий создаётся для того, чтобы психика ребёнка стала ригидной. О какой учёбе, о каком развитии, о каких социальных контактах может быть речь, если у ребёнка всё направлено на то, чтобы выжить, а внутри много обиды и страхов? Все его познавательные, интеллектуальные процессы, любознательность парализуются. Он просто боится и выживает.Когда физическим насилием занимается тот, кто по сути  должен любить, то у детей возникает путаница?  Любит или не любит? Часто формируется установка, что бить и любить – это норма. Я думаю, Вы догадываетесь, какие сценарии семейной жизни строятся на основе этой установки?Бить – нарушить физические границы человека. Вы их нарушили, вы показали ребёнку, что так делать можно. Когда-нибудь он нарушит и Ваши. Может и не таким способом (хотя, конечно, встречается), но нарушит.Когда ребёнка бьют, а убежать он не может, всё что ему остаётся, это «попытаться не чувствовать своё тело». Это защитный механизм психики, который, увы, сохраняется. Вырастают [взрослые](http://www.manrise.ru/), которые совершенно не в контакте со своим тело. Как телесно-ориентированный психотерапевт я сталкиваюсь с этим довольно часто. Человеку важно быть в теле, чувствовать его, использовать его ресурсы, заботиться о нём. Но если он теряет контакт со своим телом, он лишается его ресурсов, его помощи, удовольствия от собственного тела. Часто люди уходят в голову и живут только в ней, а что там ниже головы – вообще не понятно. Но про тело – это тема для отдельной статьи.Когда ребёнка бьют – он усваивает позицию жертвы. Формируется глубинная установка «я беззащитный» и «мир опасен». Как психолог, работающий и в когнитивно-поведенческом направлении, я тоже с эти сталкиваюсь часто. Усвоенная позиция жертвы в детстве, во взрослой жизни будет притягивать такие обстоятельства, где она сможет продолжать реализовываться.Далеко не редкий случай, когда мы с клиентами уходим в детство, а там обнаруживается физическое насилие. И это то, что даже через 10, 15,20,40 лет держит человека и не даёт развиваться. Страхи, обида, боль, душевная парализация. Да, это можно проработать. Да, на психотерапии с этим можно справиться. Да, если человек этот опыт осознал и проработал, это было его зоной роста. Но давайте для своих детей создавать более экологичную почву для личностного развития.***От чего родители прибегают к такому безжалостному методу?**** Иногда, это нелепая установка, что это правильный и действенным метод воспитания. Ошибочные представления можно искоренить, ознакомившись с информацией об особенностях развития психики и о других способах наказания. В принципе, уже одна эта статья может обрисовать Вам картинку, почему так делать не стоит. Но чаще, причины глубже.
* Часто из-за ощущения собственного бессилия: «Я не могу с ним справиться - я его побью». Родительское бессилие часто вызвано опять же незнанием особенностей развития психики ребёнка, настоящих причин непослушания. В этом Вам также поможет предыдущая статья про плохое поведение.
* Личные проблемы родителя, отсутствие контакта со своей агрессией также приводят к этому методу воспитания. Бывает, что ребёнок по сути вообще ничего плохого не делает, а у родителя почему-то «крышу срывает», и он несётся на него с ремнём. В этом случае родителю нужно разбираться с самим собой. Бывает, что человек сам пережил в детстве побои, подавил в себе злость и агрессию, и таким образом теперь отыгрывает свою травму на ребёнке. На самом деле в этот момент он бессознательно вымещает злость, адресованную родителям. Или родитель весь в напряжении и злости от своей несостоявщейся жизни,ему сложно признаться в этом, осознать, а злости нужен выход – проще отыграться на том, кто не сможет ответить, чем признаться в своих проблемах и взять на себя ответственность за свою жизнь. Примеров привести можно много. Выход один: разбираться с самим собой и своей агрессией.

 Со своим родительским бессилием, неконтролируемой агрессией, своими травмами, а также особенностями поведения Вашего ребёнка  лучше разбираться в кабинете психолога, чем бесперспективно бегать с ремнём. Работа над собой – лучший вклад в будущее своих детей!**Последствия физических наказаний*** Постоянное ожидание наказание, страх и боязнь боли может привести к нервному расстройству (неврозу).
* Ребенок с проблемами нервной системы испытывает трудности в общении со сверстниками, в нахождении в коллективе, а в дальнейшем и в создании полноценной семьи. Невроз негативно влияет на карьерный рост и самоутверждение.
* Дети, которые подвергаются насилию со стороны взрослых, усваивают правило «Кто сильнее, тот и прав». Став взрослыми, такие дети воплотят свое «право» в жизнь, при этом им будет трудно избавиться от множества комплексов и низкой самооценки.
* Возможна задержка развития ребенка – речевого, умственного, психического, физического, эмоционального.
* У таких детей рассеянное внимание, слабая память, низкий уровень мышления и небольшой словарный запас.
* В девяти семьях из десяти такие дети, став родителями, тоже будут избивать своих малышей.
* Девять особо жестоких преступников из десяти в детстве подвергались физическому наказанию.
* Регулярные избиения и жестокие наказания вызывают в детях постоянную тревогу и страх, что мешает учебе и создает множество проблем с учителями и сверстниками.
* Родители должны задуматься о так называемом «законе бумеранга». Каждый раз, поднимая руку на своего ребенка, подумайте, что он вырастет, а вы постареете и утратите былую силу. Ваш малыш постепенно будет отдаляться от вас и замыкаться в себе, оставаясь наедине со своими бедами. Став взрослым, он вряд ли поможет старикам – родителям, скорее наоборот, создаст множество проблем.
* Дети от таких родителей уходят в никуда. Они готовы жить в подвалах, находиться в плохих компаниях, пить и курить, принимать наркотики лишь бы снова не подвергаться избиению. Некоторые дети пытаются свести счеты с жизнью.

Детей бить нельзя. Есть альтернатива наказанию* Выясните у ребенка, чем он хочет заниматься, о чем мечтает. Переключите его внимание на интересное занятие, игру, книгу, прогулку или совместное семейное развлечение.
* Каждому малышу необходимо внимание и забота, ласка и объятия близких. Прижмите легонько ребенка к себе, пусть он почувствует, что его любят. Проведите вместе с ним пару часов, не поглядывая на часы и не торопясь по своим делам.
* Наказывайте запретами на развлечения – поход в кино, просмотр телепередачи, компьютерная игра, запланированная прогулка или встреча с друзьями.

Запомните, нет ни одной причины, по которой можно поднимать руку на ребенка! |