*Рекомендации*

*психолога начальной школы*

**Я с тобой не разговариваю!**

**Почему нельзя наказывать ребенка молчанием?**

Молчание как форма наказания ребенка за непослушание или проступки — довольно распространенный способ воспитания. Почему это на самом деле манипулирование и насилие.

**Молчание — это невыносимо**

Наказание молчанием — это пассивно-агрессивная форма эмоционального насилия, при которой чувства — неудовлетворенность, неодобрение и презрение не выражаются прямо. Это форма наказания с намерением причинить боль человеку, боль собственному ребёнку. При этом оно не содержит информации о том, почему это происходит, как долго это продлится или что нужно сделать, чтобы молчание прекратилось, а тебя стали видеть. Ребенок, «на которого молчат», становится уязвлённым, тревожным и неуверенным. Он думает, что мама и папа перестали его любить, он никому не нужен. Это трудно перенести даже взрослым людям, но детям, жизнь которых находится в прямой зависимости от родителей — это совсем невыносимо.

К сожалению, молчание как форма наказания — это довольно распространённый способ воспитания. Многие люди рассказывают, что прошли через такой тяжелый опыт в своём детстве, и считают, что это одно из самых страшных испытаний, которое им довелось пережить.

Наказание молчанием родители используют и потому, что считают его довольно безобидным способом привести в чувство непослушного ребенка. И даже одним из лучших способов наказания своих детей, потому что это ведь мирный способ, родители тут не допускают словесного или физического насилия. Молчанием родители хотят передать ребенку, что они, родители, очень огорчены, и что ребенок причинил им вред. Они думают, что лучше молчать, чем наброситься с криками или руганью. Кажется, что если это не физические удары и не оскорбления, то это не сможет затронуть психику детей настолько, чтобы причинить какой-либо ущерб. Но они не правы. Игнорирование и молчание — это способ причинить боль без видимых синяков. Исследования показали, что акт игнорирования человека активирует ту же область мозга, которая активируется и физической болью. Выбора между физическим насилием, оскорблениями и эмоциональным насилием не существует. Насилие — это насилие.

**Веди себя хорошо!**

Родители могут использовать такой метод и потому, что искренне боятся конфликтов и предпочитают избегать этого любой ценой: неприятные чувства и обсуждения заставляют их чувствовать себя некомфортно. Потому они начинают молчать, и дальше уже им трудно выйти из этого состояния пике. Зарывая голову в песок, родитель не решает никаких проблем, он их в лучшем случае откладывает, но чаще только усугубляет. Наказание молчанием — это манипулирование, «кривой» способ получить власть над человеком, заставляющий жертву чувствовать себя бессильной, запуганной, виновной и начать игнорировать себя, свои потребности, учиться быть всегда хорошим ребёнком для всех, с кем будет иметь дело.

Молчание — это отчаянная попытка и необходимость родителя контролировать свою ярость. Чем младше ребёнок, тем больше вероятность, что уход, молчание и игнорирование связано с чувством родительской беспомощности, недостатком компетентности, а не ощущением, что родителю нанесли «личную травму», как это может происходить в отношениях с подростками и взрослыми детьми.  
Дети не рождаются с желанием причинить вред своим родителям. Они ведут себя так, как могут, как научились к этому моменту. Если ребёнок сделал что-то неправильно, то бойкот никак не поможет ему исправить свой поступок или научиться чему-то важному. Скорее всего, даже после игнорирования и молчания ребёнок будет настолько возбуждён, расстроен, что не сможет нормально воспринимать то, что вы ему говорите.

**Как ответит ребенок?**

Дети по-разному реагируют на молчание. Некоторые, покрепче, начинают бороться за внимание мамы: совершают хорошие поступки или, наоборот, делают что-нибудь ещё более нелепое, чтобы родитель хотя бы закричал. Ведь негативное внимание — это тоже внимание. Дети пишут записочки, подсовывают под дверь, плачут, смеются — им нужно растопить лёд в родительском сердце. Есть дети, которые тоже замолкают, сжимаются, прячут глаза, как будто растворяются в пространстве, стараются не попадаться на глаза — эти дети уже ни на что не надеются, понимая свою беспомощность в этой ситуации и в жизни. Это уже травмированный вариант развития.

Бывает, что пусковая кнопка для того, чтобы родители оттаяли — это покаяние и извинения. Многие дети даже не понимают, что они такого натворили и поэтому всю ситуацию они воспринимают только как тотальную несправедливость, с которой надо смириться. Думаю, что это вообще не то, что хотели бы родители.  
Чтобы ребёнок понял, что не так в его поведении, что и как нужно исправить, с ним нужно говорить. Даже если вы на эмоциях. Даже если вы сорвались и закричали — это не так страшно, вы живой человек. Конечно, здорово, если вас хватает на то, чтобы при эмоционально накалённой ситуации не заорать и не стукнуть, а сказать (закричать): «Я сейчас выйду на минуточку!» Чтобы остыть, попить водичку, посмотреть в окно, постараться включить интеллект вместо эмоций, и вернуться для продолжения обсуждения.