

Родители, помните, что наказание должно быть эффективным – необходимо, чтобы поведение ребенка изменилось в лучшую сторону и он понял, что поступать так совершенно непозволительно. Для этого нужно, вне зависимости от возраста ребёнка, следовать **некоторым правилам:**

**1. Соблюдайте последовательность.**

Наказание должно следовать за одними и теми же поступками. Не следует игнорировать детское непослушание, даже если вам некогда или вы не знаете, как вести себя в этом случае.

**2. Учитывайте тяжесть проступка.**

Небольшое баловство или впервые совершённый проступок должны заслуживать только предупреждения. За плохое поведение (злостное или умышленное) должна последовать серьёзная реакция.

**3. Ограничивайте длительность наказания.**

Всегда сообщайте продолжительность дисциплинарной меры, иначе ребёнок вскоре потеряет взаимосвязь между нарушением и ограничением, которое длится целый месяц.

**4. Действуйте спокойно.** Прежде всего необходимо успокоиться, а уже затем подходить к выбору наказания. В ином случае возможно применение неадекватных мер.

**5. Согласуйте решение с супругом.** Для исключения манипуляций нужно согласовывать все правила, ограничения и наказания с мужем или женой.

**6. Демонстрируйте позитивный пример.**

Чтобы ребёнок вёл себя правильно, нужно показывать образцы желаемого поведения. Вежливость, честность приветствуются.



**7. Учитывайте особенности ребёнка.**

Например, меланхолика нужно наказывать менее строго (или по-другому), чем сангвиника. Также следует учитывать и возраст нарушителя.

**8. Наказывайте ребёнка наедине.** Это хвалить нужно прилюдно, а вот наказание должно касаться только вас и ребёнка. Подобная уединённость нужна, чтобы не травмировать детскую самооценку.

**9. Разработайте ритуал примирения.**

Полезно будет выработать особый обряд, который ознаменует окончание наказания. К примеру, можно читать стихотворение, сплетать мизинцы.

Существуют **конструктивные методы наказания ребёнка**, которые вы могли бы включить в свой родительский арсенал.

❖ **Лишение привилегий.** В качестве наказания можно использовать ограничение доступа к компьютеру или телевизору.

❖ **Исправление совершённого.** Если ребёнок намеренно разрисовал столешницу фломастером, вручите ему тряпку и моющее средство – пусть исправляет свой проступок.

❖ **Тайм-аут.** Маленького «хулигана» отсаживают в отдельное помещение на несколько минут. В комнате не должно быть игрушек, ноутбука, мультиков.

❖ **Извинение.** Если ваше чадо кого-либо обидело, нужно заставить его извиниться и по возможности исправить ситуацию.

❖ **Игнорирование.** Подойдёт больше для маленьких детей, однако слишком часто применять этот метод нельзя. Откажитесь от общения с вредничающим ребёнком, выйдите из комнаты.

❖ **Получение негативного опыта.** В некоторых ситуациях нужно разрешить ребёнку сделать то, чего он хочет. Естественно, нужно следить, чтобы ребёнок не навредил себе.

❖ **Ограничение общения с ровесниками.** В случае серьёзного проступка стоит на короткий срок ввести «комендантский час», ограничив общение ребёнка с друзьями.

❖ **Наделение обязанностями.** В ответ на проступок родители назначают ему «общественные работы».

**Важно разграничивать жестокость и лёгкое физическое воздействие на ребёнка с целью прекратить нежелательное поведение.**



**Не рекомендуется наказывать ребёнка:**

- за стремление к познанию: прыжки в лужах (чтобы проверить их глубину), разборка предметов (пусть даже дорогих) на части, исследование собственных половых органов;
- за особенности возраста и физиологии: неумение ходить в горшок, за гиперактивность, низкий уровень внимания, слабая память, проблемы с засыпанием;
- за поведение, обусловленное болезнью: неврозами, психиатрическими заболеваниями;
- за естественные эмоции: бунт трёхлеток, зависть к чужим вещам, ревностные проявления к брату или сестрёнке;
- за неосторожные поступки: испачкался на улице, разлил молоко на кухне.

Специалисты советуют *отказаться от следующих запрещенных приёмов:*

*\*Унижение.* Выбранная дисциплинарная мера никоим образом не должна унижать достоинство ребёнка.

*\*Вред здоровью.* Речь идёт не только о порке, но и о таких жестоких методах воспитания, как приседание, обливание холодной водой, принуждение к голоданию. Нельзя также ставить детей на коленки в угол.

*\*Одновременное наказание за несколько ошибок.* Правильный принцип: одно «прегрешение» – одно наказание. Лучше всего наказать за самый тяжкий проступок.

*\*Публичное наказание.* Это наносит психологическую травму ребёнку или вредит его репутации в детском коллективе.

*\*Необоснованный отказ от наказания.* Будьте последовательны: если уж решили принять меры, выполняйте обещание. Иначе вы рискуете потерять авторитет.

*\*Отсроченное наказание.* Нельзя заставлять ребёнка мучиться из-за ожидания неминуемой «кары». Это моральное издевательство над детьми.

**Нельзя применять ограничения и наказания в качестве мести или превентивной меры. Важно подходить к этому процессу крайне взвешенно и продуманно. Ведь главная задача – улучшить поведение ребёнка, а не испортить с ним отношения.**

ТОГБОУ «Центр психолого-педагогического сопровождения и коррекции «Гармония»

**«Преодоление физического наказания в семье»**

**семье»**

*(рекомендации для родителей)*



**Наш адрес:**

Тамбовская область, г. Рассказово,  
ул. Цыплухина, д. 2А  
тел: 8(47531) 27-2-44  
факс: 8(47531) 27-5-02  
e-mail: [togou99@mail.ru](mailto:togou99@mail.ru)