|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Одни правила для всех*  Правила должны соблюдаться всеми членами семьи. Нельзя требовать от ребенка, чтобы он не ел перед телевизором, если это делают взрослые члены семьи.  *Удостоверьтесь, что ребенок знает правила и правильно их понял*. Зачастую дети нарушают правила, так как не знали их или недопоняли. А так как детская фантазия безгранична, заранее предугадать, что ещё придёт в детскую голову невозможно. Поэтому лучше не ругаться, а спокойно объяснить, почему не следует делать то, что сделал ребенок. Подсказывайте ребенку правила, напоминайте их. "Мы сейчас войдём и поздороваемся".  Объясняя ребенку, что делать нельзя, обязательно расскажите, что *делать можно*.  ⠀  В самой ситуации когда ребенок ведет себя неправильно, кратко, четко и нейтрально обозначьте границы: "Мы так не делаем", "Стоп! Это опасно!", "Перестань, пожалуйста, мне это не нравится".  *Укрепляйте привязанность. Ребенок с надёжной привязанностью старается быть хорошим для своего взрослого*. У него не всегда это получается в силу незрелости, но стараться он будет. | Служба по подбору, подготовке и    E:\Флешка 09.02.18\Буклеты\картинки семья\1432200396-zdorovie-bud.jpg  *681032*  *Хабаровский край,*  *г. Комсомольск-на-Амуре*  *ул. Гамарника, д.19, корпус 5.*  *Тел.: 8-914-401-72-09*  *Эл.почта: shpress@mail.ru* | *Краевое государственное казенное*  *Учреждение «Организация, осуществляющая обучение, для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей*  *«Детский дом №8»*    **Как наказывать ребенка без вреда для его психики: важные правила.** |
| Цель наказания – помочь ребенку разобраться в самом себе и в сложившейся ситуации и по возможности избежать повторения допущенных ошибок в дальнейшем. Для того чтобы наказание оказало именно такой эффект, необходимо, независимо от возраста ребенка, соблюдать ряд правил.  Когда вы наказываете сына или дочку, в вас не должны бурлить эмоции. Конечно, это правило не всегда просто осуществить на практике. Методы вроде "сосчитать до десяти" и "выйти в другую комнату и успокоиться" действительно работают. Вначале разберитесь со своими собственными чувствами и только после этого совершайте какие-либо действия.  При любом наказании ребенок должен быть уверен, что с ним поступают *справедливо*, что его по-прежнему любят и что даже будучи наказанным он не останется без родительской любви.  *Задайте себе пару вопросов.*  Унять шквал эмоций и выбрать верную линию поведения помогут два мини-теста. Если чувствуете, что вот-вот сорветесь, приостановитесь и спросите себя: "Почему я это делаю? От бессилия? Усталости? Раздражения на мужа (жену)?". Второй тест: представьте, что на месте вашего ребенка: а) чужой ребенок; б) значимый для вас взрослый человек – муж, мама или подруга; в) вы сами. Позволили бы вы себе в этом случае поступить так, как собираетесь? | *Поступок, а не личность*  Критикуйте плохое поведение, а не самого ребенка. Скажите: "Я наказываю тебя за то, что ты обзывал других детей плохими словами". Избегайте нелестных характеристик в адрес личности сына или дочери (неряха, лентяй, плохой ребенок).  Ребенок *должен знать*, за что его наказывают  Следует четко озвучить малышу, что именно привело к наказанию.  Помните: *нельзя наказывать за чувства* (за то, что ребенок обиделся, разозлился и т. д.), ведь каждый из нас имеет право на любые переживания. Другое дело, как мы эти чувства выражаем. Например, малыш на что-то обиделся или разозлился и в сердцах бросил тарелку на пол. Вы можете сказать: "Я понимаю, что тебе было обидно, но портить имущество в нашей семье не разрешается".  *Временные рамки*  Важно, чтобы ребенок знал, сколько будет длиться наказание. Формулировки "не получишь больше сладкого" или "отныне ты не будешь смотреть мультики" абсолютно неприемлемы! Ребенок может решить, что запрет распространяется на всю его дальнейшую жизнь – согласитесь, это слишком сурово и к тому же нереально. И потом, когда спустя какое-то время вы забудете о случившемся и сами же угостите ребенка лакомством или включите его любимый мультик, ваш родительский авторитет в его глазах может пошатнуться. | *Запрещенные приемы: как нельзя наказывать ребенка:*  В вопросах наказания существуют табу. Каким бы ни был проступок ребенка, ни в коем случае не позволяйте себе унижать или запугивать его. Недопустимо лишать ребенка удовлетворения его физиологических (сегодня ты ложишься спать без ужина) и эмоциональных (я теперь с тобой не разговариваю) потребностей. Игнорирование – вообще едва ли не самый страшный вид наказания для ребенка. В этом случае родитель словно направляет малышу посыл: "Тебя для меня не существует, тебе нет места в моей жизни". Нельзя угрожать ребенку: "Будешь плохо себя вести – отдам тебя в детский дом" (ребенок воспринимает это как "ты мне не нужен").  *Наказывайте без свидетелей*  Наказывать лучше наедине. Во-первых, это не травмирует самооценку ребенка. А во-вторых, если наказывать одного ребенка в присутствии другого, то страдает и тот ребенок, который наблюдает за происходящим. Он получает даже больший заряд агрессии, чем виновный, к которому применяются воспитательные санкции. Безусловно, это отразится на его психоэмоциональном состоянии.  *Единые стандарты*  Важно, чтобы у супругов были единые требования к ребенку. И будьте готовы удерживать границы дозволенного и применять санкции в случае их нарушения. |