

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 одни и те же поступки. Также 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.



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. Последний вариант, кстати, даже полезен для здоровья.

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», представлять, что его ждёт. Это своеобразное моральное издевательство над детьми.

Помимо этого, 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.

МОП «Подросток и общество»
МБУ ДО «Дом детского творчества
Рассказовского района»

«Преодоление физического наказания в семье»

(рекомендации для родителей)



393260, Тамбовская область,
Рассказовский район, с. Платоновка,

ул. 8 Марта, 35

Тел.: 8(47531)39-2-02

Эл. Почта: ddt_plat@mail.ru

с.Платоновка, 2018