**Советы психолога родителям:**

**как правильно наказывать и поощрять ребенка.**

Мамы и папы знают о том, что хорошее поведение ребенка надо поощрять, а плохое – прекращать. Вот только не всегда очевидно, что делать в непростой ситуации – то ли игнорировать плохое поведение, то ли лишать сладкого и компьютера, то ли ставить в угол? И как правильно награждать ребенка, если он как следует сделал уроки или выполнил свои обязанности по дому? Надо сказать, что за последние несколько десятков лет ответы на эти вопросы поменялись несколько раз. Рассмотрим, какие принципы наказания и поощрения предлагают современные психологи.

**Оцениваем поступки, а не ребенка.**

Когда ребенок совершает плохой поступок, будь то бранные слова, порча вещей, пренебрежение своими обязанностями или что-то еще, родители обязательно должны высказать свое отношение к этому поступку. Вы можете сказать, что поступок плохой, поведение неприятное, а ситуация некрасивая. Можете использовать другие, более подходящие к ситуации слова. ***Однако ни в коем случае не нужно оценивать ребенка – плохой не он, а только поступок, который он совершил. Сам же ребенок всегда хороший и любимый.***

**Используем метод естественных последствий.**

В большинстве случаев, когда ребенок поступает неправильно, гораздо лучше, чем наказание, работает метод естественных последствий. Допустим, малыш портит хорошую вещь. Можно поставить ребенка в угол в наказание. Но есть и другой путь, который продемонстрирует ребенку естественные последствия его поступка: покупка новой игрушки или любимых сладостей откладывается. В другой раз малыш подумает, стоит ли лишать себя удовольствий ради сомнительного развлечения. Использовать этот метод полезно еще и потому, что во взрослой жизни человека никто специально не наказывает (разве что в случае нарушения закона), гораздо чаще он просто имеет дело с последствиями своих поступков.

Тот же самый принцип работает и с поощрениями. Во взрослой жизни ребенку никто не будет платить за вымытый в собственной квартире пол и покупать приятные вещи за хорошие поступки, в большинстве случаев ему придется довольствоваться только удовлетворением от совершенного поступка.

***Важно учитывать: метод естественных последствий нельзя использовать в тех случаях, когда ребенку угрожает опасность!*** Например, если он хочет залезть в раскаленную духовку, то никак нельзя допускать наступления результатов от этой попытки.

**Не откладываем наказание.**

***Если вы считаете, что ребенка непременно нужно наказать, это стоит делать сразу после проступка.*** Сначала стоит убедиться в том, что ребенок понимает: он поступил неправильно, растолковать ему, что именно он сделал не так, и что вы чувствуете по этому поводу, а затем, если необходимо, «назначить наказание». Откладывая наказание на вечер или на другой день, вы не добьетесь коррекции нежелательного поведения, зато ребенок может подумать, что его не любят или обижают без причин.

**Помним о тройном значении наказания.**

***По мнению психологов, любое наказание должно:***

***1) исправлять вред, нанесенный проступком;***

***2) снимать с ребенка вину;***

***3) предотвращать повторение неправильных действий.***

Соблюдение этих трех условий делает наказание справедливым. Ребенок баловался и из-за этого разлил кастрюлю с супом. Пусть сам уберет за собой, подумает о целесообразности баловства за столом и останется без мультфильмов. Даже кричать не обязательно! Этих действий будет вполне достаточно для того, чтобы подобное не повторилось. Кстати, стоит учитывать, что любое наказание должно быть ограниченным и определенным во времени: лишать мультфильмов на два дня – это подходящий вариант, а вот обещать «никогда больше не выпускать одного на улицу», пожалуй, нет. После того, как наказание закончилось, надо сделать над собой усилие и перестать попрекать ребенка плохим поступком: он уже понес наказание и «отработал» свою вину.

**Наказывайте и хвалите символически.**

***Психологи подчеркивают, что поощрение и наказание в семье должны быть не материальными, а символическими.*** Допустим, за плохое поведение малыш сидит какое-то время молча на «табурете для наказаний» и члены семьи в это время с ним не общаются, а за хорошие поступки получает красивый стикер на «доску почета» у себя в комнате и радость всех членов семьи. Обменивать ли эти «стикеры» на большой приз или нет, решать родителям, однако стоит заметить, что символические наказания и поощрения помогают корректировать поведение, но при этом не приучают ребенка к постоянным вещественным бонусам или, наоборот, унижениям и обидам.

**Не бить!**

***Ни в коем случае нельзя наказывать ребенка физически!*** Даже за самый плохой поступок ребенку не должно «прилетать по попе», как и по другим местам. С физическими мерами воздействия родитель попадает в ловушку собственных иллюзий, ему кажется, что метод и впрямь работает: он корректирует поведение ребенка, который теперь боится снова испытать боль. Однако вместе с такой коррекцией он разрушает его личность, озлобляет и заставляет чувствовать себя униженным.

Материалы подготовила педагог-психолог Захарова О.И.

Использованы интернет-ресурсы <https://azbyka.ru/deti/>