

**Как же наказывать ребенка, если его нельзя ругать и ставить в угол, спрашивают многие родители.**

Предлагаем вам несколько действенных способов, которые помогут исправить поведение и в то же время не навредить психике. Выберите метод, который подходит именно вам и вашему ребенку.

### **1. «Штрафные» работы .**

Если ребенок «проштрафился», вы вполне можете, не прибегая к жестокости, привлечь его к посильным видам домашней работы или просто предложить нейтрализовать последствия своего проступка: изрисовал стены – вытирай, намусорил – убирай... Очень хорошо в семье установить определенные правила, в случае нарушения которых любой член семьи привлекается к «штрафным санкциям»: вытереть окна, помыть посуду, убрать со стола.

### **2. Сказка вместо наказания**

Специально подобранные сказки помогают детям освоить нормы поведения в игровой форме. В таких сказках главный герой совершает те же самые проступки, что и дети, а по завершению истории осознает, что так делать нельзя и больше не повторяет свои ошибки. Есть уже всем известные готовые истории, например, «Федорино горе», «Мойдодыр», «Что посеешь, то и пожнешь», но вы можете придумать свои.

### **3. Временное одиночество**

Малыша уводят в другую комнату, где нет игрушек, и просят успокоиться и подумать о своем поведении. Такой способ отлично подойдет в случаях, когда дети пытаются манипулировать родителями, привлечь их внимание. На уединение ребенку дается столько минут, сколько ему лет. Так, 3-летнему крохе достаточно дать для раздумий 3 минуты. Маленький ребенок через некоторое время попросту забудет, за что его наказали. Одна из разновидностей такой меры – «исправительный стульчик». Это наказание для детей 2-5 лет очень распространено в США. Оно заключается в том, чтобы «назначить» один из стульев в вашем доме стулом для «посиди-успокойся». Купите песочные часы на 3 минуты. Когда ребенок будет плохо себя вести, отправьте его на этот стул, переверните песочные часы и скажите крохе, что он должен сидеть на стуле, пока не просыплется песок.

### **4. Лишение приятного**

Лучше наказывать ребенка, лишая его хорошего, нежели делая ему плохо. Нужно заранее проговорить, за какими «правонарушениями» последует лишение значимых привилегий. Сообщать ребенку о таком наказании нужно без раздражения, крика и агрессии – спокойным, доброжелательным тоном. В первую очередь, как и в любом способе наказания, необходимо объяснить – за что. Конечно, ни в коем случае ребенка нельзя лишать еды, прогулок на свежем воздухе, общения с другими детьми.

## **5. Наказание в шутку**

Такое наказание подходит для несущественных провинностей. Рекомендуется использовать его для того, чтобы приучить ребенка к чему-либо. Например, если он время от времени забегает в квартиру в грязной обуви, предложите 10 раз присесть, повторяя фразу «Чистота – залог здоровья!» Еще один пример: «Кто не будет выключать свет в ванной, тот в качестве наказания кукарекает три раза». Главное – помните, что наказывать ребенка необходимо так, чтобы это не было унижительно. Немаловажно, что такие меры должны распространяться на всех членов семьи, в том числе, и на взрослых. Ребенку быстро надоест тратить свое время на глупые занятия (например, на кукареканье), и он приучится делать то, что вы от него хотите.

### **Книги, которые помогут глубже понять вопрос:**

1. Кетрин Кволс «Как воспитывать детей без наказания».
2. Ю. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?».
3. Дж. Викофф, Б. Анелл «Да» вместо «Нет». Послушный ребенок без криков и шлепков».
4. Р.Т. Байярд, Дж. Байярд «Ваш беспокойный подросток».