

Как наказывать ребенка?

Когда я была маленькой девочкой, то, будучи наказанная своими родителями, часто думала, сидя в уголке: «Вот когда у меня будут дети, они будут делать, что хотят, я никогда не стану их наказывать!»

Прошло время. Моей дочке 8 лет, она активный, достаточно воспитанный, благополучный ребенок. Но... наказывать ее все равно приходилось и изредка приходится. Счастливые те родители, которым удается избежать наказания! У меня это не получается, поэтому позволю себе перечислить те наказания, которыми пользовалась и иногда пользуюсь я.

1. Лишение внимания.

Дети очень эгоцентричны, им нравится получать внимание взрослых, их проделки иногда нацелены именно на то, чтобы на них обратили внимание. Если моя дочь делала что-то неопасное, но неприятное, я просто говорила: «Я не хочу это видеть и слышать», – и выходила из комнаты. Демонстративные истерики сразу заканчивались.

2. Игнорирование.

Длительное лишение внимания. Ребенок обязательно должен знать, почему вы его игнорируете, иначе он может решить, что у вас просто плохое настроение или вы не хотите мешать ему смотреть мультик. Обязательно скажите, что с этой минуты вы не будете разговаривать с ребенком, и определите, до какого момента продлится игнорирование: «Я не могу разговаривать с тобой, пока собака не выгуляна. Как только ты ее выгуляешь, подойди, и мы поговорим».

3. Время молчания.

У моей дочери есть неугомонный двоюродный брат, примерно ее возраста. Иногда, если они вместе, то в комнате, где играют, царит идиллия, но изредка они превращаются в кричащих и дерущихся чертенят. В этом случае я говорю: «Вы можете продолжать драться, но делайте это молча. Ровно три минуты из комнаты не должно доноситься и звука». Обычно через три минуты крики не возобновляются, так как эмоции уже поостыли.

4. Предупреждение. «Причина-последствия».

До сих пор активно использую этот метод: «Если ты через пять минут не уберешь в комнате, то мы отложим поездку в зоопарк на следующую неделю», «Если к 12 часам уроки не будут сделаны, мультфильм ты смотреть не будешь». Главное, назначать совершенно реальные последствия и доводить дело до конца, исполняя угрозы. Не путайте этот метод с подкупом! Используя его, вы не предлагаете ребенку вещь или деньги, а рассматриваете вместе две модели поведения – его и вашу.

5. Шутливые наказания.

Их я использую, если выполнение ребенком определенных действий не является принципиальным, но является желательным. Например, дочка не выключила свет, выходя из комнаты, или забыла поставить будильник. В этом случае я делала так: «Каждый, кто забудет выключить свет, приседает три раза со словами «свет надо экономить». На меня и других взрослых это наказание тоже распространяется. Главное здесь, не превратить наказание в унижение. Мы добиваемся желательного поведения ребенка тем, что ему надоедает регулярно тратить время на глупые вещи (приседания, кукареканье и прочее).

Пусть наши детки радуют нас чаще, а огорчают реже!

Автор - Алиса Циммер

[Источник](#)