

## Надо ли наказывать ребенка?

Спор родителей о методах воспитания ведется всегда. Сегодня психологи уверены: наказывать детей надо. Но делать это необходимо с умом.

Ребенок нуждается в рамках и ограничениях: мир без правил его мозг воспринимает как опасный и ненадежный. Грамотное воспитание подразумевает установление правил и наказание за их нарушение.

В методах воспитания работает преемственность: если в детстве ребенка били, то, скорее всего, став родителем, он так же будет наказывать свое чадо. На сегодняшний день есть много исследований о том, что физическое доминирование (крик-это тоже насилие) приводит к психотравмам, которые остаются с человеком на всю жизнь. Например, дети, регулярно подвергающиеся физическим наказаниям, интеллектуально развиваются хуже своих сверстников. Кричать, давать подзатыльники, бить ремнем неэффективно. Так вы демонстрируете ребенку только один урок: кто сильнее - тот и прав. И доказываете свою беспомощность.

### **Правила наказаний**

1. Нельзя делать из ребенка козла отпущения, срывая на нем свои негативные эмоции, злость на мужа, несправедливого начальника. Для начала успокойтесь, а лишь потом начинайте говорить с ребенком.
2. Наказывают за плохой поступок или за нарушение правил. Но главное- ребенок должен знать эти правила заранее. А значит, о них нужно говорить ребенку. В каждой семье должен быть свой свод правил: убирать за собой, не прыгать на диване, играть в компьютер только после выполнения домашнего задания. Также ребенок должен знать общечеловеческие законы: уважать старших, не драться со сверстниками, хорошо себя вести в школе.
3. Детям важно понимать, за что их наказывают, как и насколько. Например, стоит проговорить: «Зная, что на бабушку кричать нельзя, ты все же повысил голос. Мне придется тебя наказать. Ты остаешься без мультиков на два дня». Наказанием может быть лишение удовольствий- игр в гаджеты, развлечений, покупки игрушек и др. Оно должно быть адекватным самому проступку.
4. Наказанием не может быть ограничение физических потребностей ребенка. Например, нельзя за проступок лишать ужина, заставить обуться в туфли не по размеру.
5. Наказание должно быть адекватно возрасту. Уже после 5 лет ребенок способен отвечать за свои поступки. Можно спросить его: «Какое наказание ты бы себе выбрал?»
6. Если в вашей семье есть правила, за неисполнение которых вы наказываете

ребенка, проследите, насколько им следуют остальные члены семьи. Например, когда в доме запрещены ругательства, то родители не должны их допускать. Если вы не разрешаете ребенку есть в кровати, то папе с мамой не следует себе этого позволять.

7. Постарайтесь не унижать и не обзывать ребенка.
8. Не ругайте ребенка прилюдно. Лучше поговорите с ним дома, наедине.

**Как получить результат от наказания?**  
Хотите, чтобы ребенок не просто был наказан, но еще и вынес урок из сложившейся ситуации?

Тогда обсудите с ним его поступок и пути исправления. Дайте ребенку понять, что даже в такой момент вы его любите, переживаете за него, но правила есть правила. Объясните ребенку, что вы наказываете его за то, что он их нарушил, а не за то, что он плохой: «Я тебя очень люблю, но сейчас ты поступил неправильно».

*Никогда не разрывайте контакт с ребенком, не прогоняйте его, не шантажируйте тем, что уйдете, говоря: «Не буду с тобой больше разговаривать». Такие слова наносят травму психике ребенка. Когда все останется позади, не забудьте помириться с ребенком и сказать, что он прощен, а также то, как вы его сильно любите.*