

## Памятка (Запреты и наказания)

Делая ребенку замечания, желательно придерживаться следующих правил:

1. Если ребенок плохо себя ведет, попробуйте вместе с ним обсудить причины его поведения и поискать пути выхода из создавшейся ситуации.

2. Говорите четко и лаконично. Тогда ваши слова будут иметь форму своеобразной команды и достигать значительно больший эффект.

3. Все наши предложения, содержащие местоимения, можно разделить на две группы: "Ты-высказывания" и "Я-высказывания". "Ты-высказывание" - это способ сообщения кому-либо информации о нем самом, его поведении, личностных качествах, при котором создается впечатление вашей правоты и неправоты другого человека. Обращаясь к собеседнику в форме "Я-высказываний", вы обсуждаете поступок человека и выражаете свои чувства по этому поводу, а не критикуете его личность. Очевидно, что в данном случае у вас гораздо больше шансов быть услышанным и выше вероятность конструктивного решения проблемы.

4. «Если» и «почему» - с этих слов, обычно, начинаются угрозы «Как только» - чрезвычайно эффективная фраза, прекрасно заменяющая «если». Что необходимо учитывать родителям, если им все-таки приходится наказывать своих детей:

- необходимо заранее предупредить своего ребенка о том, что за определенный проступок его накажут;

- нельзя объявлять о наказании, а потом откладывать его.

- запрещая ребенку что-то делать, родители должны объяснить причину и справедливость своего запрета и предложить альтернативный вариант поведения;

- родители должны своим собственным поведением подавать пример ребенку;

- запрещая что-либо и устанавливая наказание, родители должны быть уверены в правильности собственного решения, их не должна при этом мучить совесть;

- наказывая ребенка, родители должны показать, что им это не приятно; они должны дать понять ему, что, не смотря ни на что, любят его!

- никогда нельзя доходить до применения физической силы при наказании!