**«Ругать нельзя хвалить», а где вы поставите запятую?**

Наверное, трудно отыскать родителя, который бы ни разу не применял похвалу и наказание по отношению к своему ребенку. Более того, эти приемы часто становятся необходимыми для установления границ деятельности ребенка (в пределах которых он может действовать свободно, находясь при этом в безопасности), предупреждения негативных отклонений в поведении, формировании произвольности, ответственности и умения соблюдать правила.

Однако, не все родители знают и понимают, что можно получить совершенно противоположные результаты, как ругая/наказывая, так и хваля ребенка **необоснованно, чрезмерно, импульсивно, не научившись совладать со своими эмоциями** (последние два определения относятся к наказаниям, похвала вполне может быть импульсивной и эмоциональной).

Конечно, ни для кого не секрет, что похвала, эмоциональная поддержка, и просто доброе слово способны творить чудеса даже с самым, на первый взгляд, «неуправляемым» ребенком. Но и у похвалы есть свои правила.

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ:

- за то, достигнуто не своим трудом.

- за то, что не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).

- из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

- за поступок, за свершившееся действие.

- начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения.

- очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.

- уметь хвалить, не хваля, (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

Любой ребенок станет добрее, спокойнее и увереннее в себе, **сам захочет быть послушным**, если будет получать достаточное количество «эмоциональных поглаживаний» в течение дня (сюда также входят улыбка, ласковое прикосновение, добрая шутка, выражение сочувствия), если будет знать, что его уважают, с ним считаются.

Далее речь пойдет о наказаниях. Многим родителям приходится наказывать своих детей. Даже тем, кто считает, что этого делать нельзя. Прежде чем применять наказание, задумайтесь об опасностях, которые при этом возникают:

          1. Очень часто наказание не исправляет поведение ребенка, а лишь преображает его. **Один проступок заменяется другим**. Но при этом он по-прежнему может остаться неправильным и еще более вредным для здоровья ребенка. Ребенок учится хитрить, обманывать.

          2. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он **чувствует себя отвергнутым** и нередко начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.

          3. У наказанного ребенка может возникать враждебное чувство к родителям, которых он любит,  и этот конфликт между любовью и ненавистью в свою очередь приводит к **тревожности**.

          4. Частые наказания так или иначе побуждают ребенка оставаться незрелым, инфантильным. То есть он терпит наказание, чтобы расплатиться, очистить совесть и продолжать делать то, что хочет – и так до бесконечности. **Ответственность за свои поступки не формируется**.

5. Хотя детям нужна прежде всего родительская любовь, они часто ищут даже такую жалкую ее имитацию, как простое внимание. Наказание может привести к тому, что отклоняющееся поведение может стать **привычным способом** **привлечь к себе внимание** родителей. Так ребенку порой гораздо легче получить порцию внимания, чем оставаясь все время добрым и послушным.

**КОГДА ДЕЙСТВИТЕЛЬНО НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ РЕБЕНКА**:

- **когда вы сами не в себе**: *цель наказания – предупредить повторение нежелательного поведения, а не выместить на ребенке свои раздражение, злость, бессилие. Лучший вариант – облечь свои эмоции в такую словесную форму: «я злюсь», «я расстроена», «мне не нравится…»*

- **когда внутренние мотивы детского поступка вам не понятны:** *любая ошибка может надолго подорвать доверие ребенка к родителю, его авторитет. Постарайтесь сначала поговорить, выяснить причины – тогда и до наказания дело не дойдет.*

**- ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни**: *в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.* А также **когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.***Проявляйте терпение.*

- **во всех случаях, когда что-то не получается** *(пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки). И снова – терпение.*

- **после физической или душевной травмы** *(пример: ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват). Ребенку нужна поддержка – проявите сочувствие! Если ребенок справляется сам, не акцентируйте внимание на произошедшем.*

- **когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался**. *Подбодрите его – в другой раз все получится!*

**ПРАВИЛА НАКАЗАНИЯ:**

        наказание не должно **вредить** **здоровью**, в том числе – психологическому, **не унижайте** ребенка! Физические наказания недопустимы. *Лучшее наказание – временное лишение каких-либо привилегий (мультики, сладости, поход в гости, покупка игрушки). Также выберите место «для раздумий над поведением», где ребенок может посидеть и успокоиться (только не представляйте его как унизительное).*Ребёнок **не должен бояться** наказания!

        если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том, что совершённое действие вообще достойно наказания), т.е. **наказывать "на всякий случай" нельзя**.

        за 1 проступок – **одно наказание**. Нельзя припоминать старые грехи.

        лучше не наказывать, чем наказывать **с опозданием**.

        надо наказывать и **вскоре прощать**.

        если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, **за что и почему** он наказан.

        ругая, оценивайте не ребенка, а **исключительно его поступок**. Негативных оценочных высказываний («растяпа», «черепаха», «неумеха», «горе ты мое», «недотепа») в адрес ребенка вообще лучше избегать. Такие высказывания очень влияют на формирование образа «Я» ребенка, программируют будущие комплексы.*Ребенок должен чувствовать, что вы его любите и принимаете, несмотря ни на какие поступки и ошибки.*

        И, наверное, самое главное: **вначале предоставьте ребенку возможность исправить последствия своего поступка**. Предложите варианты или дайте подумать самостоятельно. *Помогите своему сыну или дочери вырасти уверенным в себе человеком с высокой самооценкой и умением отвечать за свои поступки!*

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но, вероятно, каждый родитель выберет из всего выше перечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в своей семье.

**Желаю успехов!**