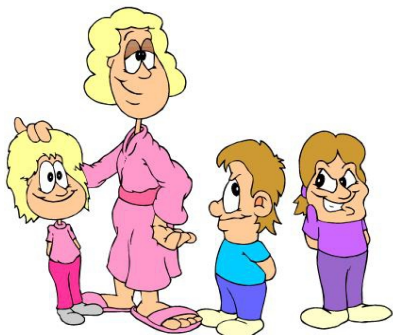


Чем заменить наказания ребенка?



- *Терпением и еще раз терпением.* Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.
- *Объяснением.* Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте кратки, не надо нудных нотаций, которые только портят отношения.
- *Отвлечением.* Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется.
- *Неторопливостью.* Не спешите наказывать сына или дочь – подождите, пока поступок повторится.

- *Наградями.* В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

Правила общения.

- Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком.
- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или непозволительными они ни были.
- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перейдет в неприятие его.
- Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите.
- Признайте ребенка здесь и сейчас, на основе настоящих событий.
- Сохраняйте дружелюбный тон!

Как поддержать самооценку ребенка.

- Безусловно принимайте ребенка.
- Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.
- Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т. п.).
- Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.
- Помогайте, когда он просит.
- Поддерживайте каждый успех.
- Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.
- Конструктивно решайте конфликты.
- Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.
- Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.