**Лучшее наказание – это «кресло размышлений»!**



**В углу необязательно стоять, можно и посидеть, главное - подумать!**

**Ставить в угол? Лишать сладкого? Как правильно и справедливо наказывать детей**

**(советы детского психолога)**

Вы когда-нибудь видели свое лицо в том момент, когда кричите на ребенка? Смотрели на себя в зеркало? Глаза выпучены, кулаки сжаты, лицо страшное и злобное, выкрикиваете всякие гадости… Как думаете, что чувствует в этот момент малыш, которого вы ругаете? Страх, ужас, омерзение. Но уж никак не уважение к вам и не сожаление о содеянном.

Чтобы не испортить отношения с самым своим любимым, родным и близким человеком, наказывать нужно правильно и справедливо, не ради самого наказания, а ради одной единственной цели: чтобы ребенок запомнил, понял и больше так не делал.   
Советы мамам и папам дает детский психолог, старший научный сотрудник Института Социологии РАН Наталья Гришаева.

Вообще-то, бывает, что наказывать ребенка и не приходится. Вы его правильно воспитываете, все ему объясняете, он вас слушает, и пальчиками розетку ковырять даже и не хочет… Но все дети разные, и поступки совершают по самым разным причинам из самых разных побуждений. А главное правило наказания – понять причину, почему малыш дал вам в глаз, почему орет в троллейбусе, почему разрезал папин галстук? От причины преступления зависит и справедливое и адекватное наказание.

**Когда наказывать не нужно**

**Ему плохо, вот он и хулиганит**  
- Ребенок заболевает. В этом состоянии, когда он плохо себя чувствует, он капризничает, может укусить, ударить, разбить что-то, он не слушается, и это не потому, что вредничает, а потому что его «колбасит». В этот момент нужно не наказывать, не ругать, а переключать внимание, успокаивать.

- Ребенок хочет есть, спать. Объяснить, что он голодный или что устал, малыш не может, вместо этого он начинает вредничать и хулиганить, срабатывает перевозбуждение, кроха становится неуправляемым. И тут на него обрушивается подзатыльник. А он ведь не виноват, и не поймет, почему наказан. Лучше опять же переключить внимание разбушевавшегося «моторчика» и поскорее уложить спать, накормить, переодеть, тогда и ссориться не придется.

- Незнакомое место, незнакомые люди. У ребенка стресс. Он начинает вести себя неадекватно. Например, вы в гостях, и малыш просто не знает, чем себя там занять, вот и начинает хулиганить. Вместо того, чтобы шлепать и угрожать «устроить головомойку», посадите кроху на коленки, покажите, что вы рядом, объясните, что в гостях можно делать, а чего нельзя (лучше было бы сделать это заранее), усадите малыша за разглядывание фотографий, запустите в ванну помыть руки «вкусным» мылом, покажите, какое тут чудесное пианино. Если «моторчик» включается в поликлинике, бузит и не слушается, не наказывайте, а расскажите, что ждет маленького пациента, покажите, что понимаете чувства испуганного малыша: «Тебе здесь страшно? Или скучно? Я тебя понимаю».

**Когда без наказания не обойтись**

**Нарушает правила, чтобы посмотреть, что будет…**  
Ясное дело, вы говорили, что высовываться из окна, залезать в розетку, нажимать кнопки на папином ноутбуке, вырезать аппликацию из бабушкиной выходной кофточки, прятать шоколадки в дедушкиных [ботинках](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=ZW2Q2-b9-P0Na2NAykxVhMySU6SRFQfLkRX3Rk3RY6txl7Kfbezg80AgA8ahhoeivRZ-o8KN9BaspMRx-gbGZ0nFAiVCrEztxqVzQliobIT8iMsz1Vx9ZHK7eed1eehpQVb6fgyWG9DasG5Vy4HYD3*lHK6yppGS7S2Z7hYjYv*QwnE-NPvL-XB0A3ZaFMwmh9vuimsOH*5wbub8T3O9u85XHkxkUdO48ZN76MeO3X5uMvMkJBozv9MlHl6s-HIDdOgc-Titau5sDlsXg2HNaO9-6H7DScncON9ME6ofgSj5SB9OOXhSDVuC8tpKFrAPesXMkTPINC2UKX1kekxcYpVUHaWGMl3GIcTZomaHnb-S21aI1u9rpNz8f*PR8yt8-u5fG7cXp-Mv9dfUmFWJB0dlghSZYZvAjDK15mthGxaUQauAo8bh1we9L*i8TEPe3MqKvg), рисовать вашей помадой на стене – нельзя! А он, хрюндель, все равно высовывается, нажимает, вырезает, прячет и рисует…

**Что делать**  
Если крохе до 3 лет – наказывать практически бесполезно, проще закрыть розетки, убрать повыше компьютер, ножницы и помаду. А вот если хулиган делает это сознательно, а не из чувства познавательного любопытства… надо наказывать. Лучший вариант – усадить на «кресло размышлений» и все обсудить. Пусть посидит и подумает, что произошло. Можете поставить [песочные часы](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=ZW2Q2-z19PX99cyOBIKbSgJcnWpf28kFX9s5iMxLAFK3v40sV-IC0INHbqj7GSclL0kvNPIVqJaxb88-fH8Ezx89WU9Qe*7jKSjL3tJ83Sg3dkyS1tU6J4HlGiJYIZrUaiEZVBqO6ESsREfH1q2-O8NX8s0LE6K9j6BP*RZURzsNp6pkflmSpm83sBCTXLgR7I5Ug5BUAaULS6UIN4*8zx29pDd3KeA8DVwy6dVZLJmT3vnZPirJFsrgMDDt2kgx0EdD*MiDn3SWvByo6CL3VC-bRQSbmWikhfe2RldteTnsaf5t8mT6OR9E9DJ1imYuzw9DBXDiUedzxSg6ZbqZoMvLUXq9VCUc40DQBsQrE1xi*GlP). А когда время его ссылки закончится, он должен придти к вам и сказать: «Я сидел на кресле размышлений, потому что…» Важно, чтобы он понял, почему нельзя. Не говорите о наказании, говорите о правилах и о том, почему у вас заведены такие правила.

**То измена, то засада**  
Дети совершают подлости. И эти поступки заслуживают вашего самого серьезного внимания!  
Например, малыши играют в прятки. Вашего застукали первым, и он от обиды начинает бегать и сдавать водящему, кто где спрятался. Или рассказывает воспитательнице гадости про товарищей. Это подлость, хоть и детская, и нарушение нравственных норм.

**Что делать**Если ребенок сделал такую гадость впервые, поговорите, объясните, что вы очень огорчены, а если дело происходит на детском празднике, – уходите домой.  
Если малыш подличает из раза в раз – наказывайте. За такое можно лишить сладкого, развлечений. Но главное – объясните, что плохого в таком поступке и убедитесь, что ребенок понял!

**Внимание, непослушный в транспорте!**  
Вы сели в троллейбус, а дите начинает орать, носиться, драться, не слушается…Или вы за рулем, а брат с сестрой не поделили вафельку и отрывают друг другу головы на заднем сиденье.

**Что делать**Не пытайтесь запугивать, кричать и угрожать. Выходите из троллейбуса, останавливайте машину: «Мы не поедем дальше, пока ты не будешь нормально себя вести!» Родители на это обычно возражают: «Но нам надо быстрее доехать». А психологи отвечают: «Может быть, вы и доедете быстро, но вот контроль над ребенком своим потеряете надолго».

**Нам чужого не надо**«Мам, смотри, какой паровозик я принес!» Дети часто тащут из садика или с детской площадки чужие игрушки или вещи. Уж очень понравилась, уж очень хочется этим обладать.

**Что делать**Некоторые родители закатывают скандал: «Ах, ты украл чужое! Ты вор! Убить тебя мало!»  
Нет, нет и нет! Не наказывайте, а лучше пойдите вместе с дитем и верните вещь хозяину. Тогда он поймет, что делать в ситуации, когда взял что-то чужое - вернуть.

**Разлил – вытри**   
Со всеми бывает. Махнул рукой, стакан опрокинулся, молоко вылилось на стол, на пол, на майку…   
 **Что делать**  
Ну, зачем ругаться? Зачем, как любят некоторые, злобно кричать о безмозглости и о том, откуда руки растут? Во-первых, малыш уже сам себя наказал – ему холодно и мокро, и молока в стакане больше нет. Во-вторых, он не совершал плохого поступка – дайте человеку тряпку, пусть сам все вытрет.

А вот если чашка на столе разбита в результате безудержного баловства и неуемных игр за столом под мамино умоляющее «аккуратнее, не разбей», вот тогда должно последовать наказание. Посадите ребенка за другой стол: «Я не могу позволить, чтобы ты бил посуду и так себя вел».

**Правило есть правило**  
Ребенок кричит и буянит, дерется и рыдает, потому что вы только что запретили ему есть мороженое, а он та-а-ак хотел!

**Что делать**Человек имеет право расстроиться. Посадите на «кресло размышлений» и напомните о правилах: «Я не могу позволить тебе так себя вести. Посиди, подумай. Я понимаю, что ты злишься, ведь тебе хотелось съесть мороженое. Но у нас есть правило: когда у тебя болит горло, ты не ешь мороженое. А правило есть правило!»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  | | --- | | - Провинился - посиди, подумай! | | **- Провинился - посиди, подумай!  Фото: http://tvoiobraz.ru** | |

**Родители, не делайте так**  
  
**1.** Не унижайте человека, не обзывайте его: «вот какой ты неловкий, ты всегда все портишь, все ломаешь». Вы ведь наказываете малыша за что-то конкретное, вот и говорите об определенном поступке, а не о личности вашего чада. Унижая, вы лишь снижаете самооценку малыша и настраиваете враждебно.

**2.** **Не самоутверждайтесь** «я же говорила, разобьется, а ты не слушал!». Это унизительно и вызывает желание сделать что-нибудь вам назло.

**3.** Ребенку нужно **объяснить, что его поступок пл**охой. А родители частенько не исправляют малыша, а наоборот фиксируют на шалости. «Ты зачем кошку за хвост дернул? Вот давай я тебя за ухо дерну! Больно? Теперь ты поймешь, как кошке больно и больше не будешь ее дергать!» Ребенок мгновенно вступает в конфронтацию и идет в наступление: «Не буду, - говоришь, - еще как буду!»

**4.** **Никогда не наказывайте малыша, если он болеет**, если он только что проснулся, если он ест. В это время ребенок находится в другом состоянии, он не воспримет ваши слова, наказание не подействует.

**5.** **Не кричите.** Криками вы лишь показываете свое бессилие. Орете – значит, не можете найти другого способа заставить вас выслушать. Значит, вы слабы и проиграете. Кроме того, если по любому поводу кричать, ребенок просто перестанет обращать на вас внимание.

**6.** **Не бейте.** Во-первых, так вы покажете, что другими способами справиться с чадом не можете. Во-вторых, это вызывает ответную реакцию. Ребенок подумает, что это единственный способ решать проблемы, и будет всех, кто слабее, бить.

**7.** **Не спорьте при ребенке – наказывать или не наказывать**. Когда папа говорит «наказать», а мама – «помиловать», ребенок понимает, что наказание будет несправедливым, ведь кто-то на его стороне. Ваш авторитет окажется под угрозой.

**8.** Никогда, наказывая или выговаривая малышу за провинности, **не сравнивайте его с другими детьми**: «вот твой брат так не сделал бы», «а наша соседка Леночка никогда на обоях не рисует». Такие сравнения приведут только к одному – негативу по отношению к брату и Леночке.

**Стоять в углу – унизительно**  
- Самое действенное наказание – «кресло размышлений», - говорит детский психолог Наталья Гришаева. – Я поняла это на собственном опыте работы с детьми в детских садиках, - ведь ставить в угол – это унижение, да и непонятно, чего вы хотите от ребенка, который стоит в углу. Он постоит, выйдет и начнет хулиганить с новой силой…Бить и кричать – это вообще не варианты, нормальный человек и мудрый родитель всегда найдет другой способ справиться с малышом. А в «кресле размышлений» ребенок думает, вы с ним обсуждаете ситуацию и достигаете цели – чтобы малыш не совершал поступки бездумно.

КЛАССИКА  
**Малыша запирали в комнате, а Эмиль сидел в сарае**

- Мэри Поппинс казалась строгой воспитательницей, за провинности угрожала Джейн и Майклу оставить их без сладкого, но редко сдерживала свои обещания. У нее само собой получалось, что дети слушались и были счастливы, уважая и обожая несравненную леди Мэри.  
  
- В сказке Киплинга Балу и Багира за шалости шлепали Маугли и его зубастых братьев. Но с ними, волчатами, наверное, иначе нельзя.  
  
- Малыша дома редко наказывали. Только вот когда он без спроса потерялся на крыше у Карлсона, его поставили в угол, а домомучительница фрекен Бок запирала Малыша в его комнате, чтобы он подумал о своем поведении.  
  
- В книжке Астрид Линдгрен «Эмиль из Леннеберги» хулиганистый мальчик Эмиль за свои проделки сидел в сарае. Причем стоило ему заслышать папин вопль: «Эмми-и-и-иль!», как он сам мчался в сарай и запирался изнутри от разъяренного папы. В сарае у Эмиля было занятие – он вырезал из деревяшек человечков, и пока мы читаем о его проделках, мы насчитываем не меньше 150 вырезанных в сарае человечков.  
  
- Кот Леопольд считал, что единственный способ избежать наказания – это не быть злодеем, и пел: «Если добрый ты, то всегда легко, а когда наоборот – тру-у-удно!» Он всегда долго терпел, но если уж наказывал мышей, то очень изощренно – пугал их привидением, делал так, что они сами попадали в свои же ловушки.  
  
- А вот дядю Федора никто никогда не наказывал. И он сам понимал, что надо быть сознательным. Он в 4 года сам себе суп варил, а в 6 лет уехал жить в деревню с Матроскиным, потому что мама не разрешила ему завести кота