# Памятка психолога

# *Что вместо наказания?*

* Если вы не знаете, как поступить с ребенком в той или иной ситуации, задайте ему соответствующий вопрос. Но не так «Выпороть тебя сегодня за это или нет?», а как бы советуясь: «Если мальчик совершил плохой поступок, как отреагируют на это окружающие?» Ребенок сам даст совет. Или, напри­мер, ребенок не хочет надевать теплую шапку, вы вместо насилия или скандала спросите «Как там на улице? Холодно? Что маме, сегодня надеть?»
* Детские капризы и упрямство чаще всего возникают на почве дефи­цита доверия или уважения к личности ребенка со стороны родителей. Попро­буйте найти сначала изъяны в себе.
* Чаще хвалите ребенка. Говорите ему «спасибо» за все добрые дела, за помощь взрослым. Этот совет прост, но попробуйте подсчитать, сколько раз в день вы отдали ребенку распоряжение в форме окрика, приказа, запрета. А сколько раз ласково? Сколько по­просили у него советов? Контролируя себя, таким образом, число конфликтов с ребенком можно свести к минимуму.
* Любые отрицательные черты ха­рактера, привычки можно направить в «нужное русло».
* Если ребенок капризен и из-за этого приходится часто его наказы­вать, то придерживайтесь следующих правил:
* постарайтесь понять причину каприза, гнева;
* если «сцена» только начинается, постарайтесь отвлечь ребенка (осо­бенно маленького);
* если не удалось отвлечь ребен­ка, оставьте его на некоторое время в покое, не обращайте внимания на его капризы, старайтесь оставаться совершенно спокойными;
* выберите правильную тактику поведения с детьми и придерживайтесь ее, начиная с самых первых капризов ваших малышей;
* обращайте внимание на свое эмоциональное состояние, если вы нервничаете, то ребенку это быстро передается, а он не умеет сдерживаться;
* никогда не шантажируйте детей. Нельзя утверждать «Если ты не замол­чишь, я не буду тебя любить». Таким образом, вы учите ребенка говорить неправду;
* когда ребенок перестанет ка­призничать, поговорите с ним ласково. Не отождествляйте его с проступком, уверьте, что вы его любите, а вот поступок его вас огорчил.