**«Поощрения и наказания»**

Ученые доказали, что очень редко можно встретить ребенка, у которого познавательный интерес поддерживался бы наказаниями. Но все таки к наказаниям родители прибегают очень часто, добиваясь при этом незначительного эффекта. В связи с этим приходится только удивляться их настойчивости и уверенности, что подобным способом возможно стимулировать в детях желание чему-либо научиться. Родители продолжают использовать наказания в первую очередь из-за кажущейся действенности. Под влиянием наказания дети на какое-то время меняют свое поведение, и родители решают, что наказание подействовало. Но если родители злоупотребляют наказаниями, это может вызвать два побочных эффекта. Во-первых, чтобы удержать ребенка от проступков, придется постоянно ужесточать наказания, например, прибегать к запретам и распространять их на имеющиеся у вас в запасе средства, чтобы наказание могло охватить все случаи плохого поведения. Второй побочный эффект состоит в том, что дети, которых слишком много наказывают, испытывая обиду и возмущение, не хотят оставаться в долгу.

**Рекомендации к использованию наказаний:**

1. Наказывайте, сохраняя спокойствие
2. Наказание не должно быть продолжительным. Десяти минут или одного вечера обычно бывает достаточно.
3. Если вы запрещаете детям пользоваться велосипедом или телефоном, не ждите, что они согласятся с вами. Их обычная реакция: «Мне все равно», или «Это несправедливо». Но им совсем не все равно, иначе они бы промолчали.
4. Шлепанье больше одного раза редко дает желаемый эффект. Более того, шлепанье только показывает пример агрессивного поведения.
5. Если вы очень рассержены, используйте «тайм-аут» (на время оставляйте ребенка с самим собой), если ребенок младшего возраста. Старшему ребенку объясните, что вы разочарованы и огорчены и подумаете о соответствующем наказании. (Ожидание наказания пойдет на пользу, а у вас будет время, чтоб успокоиться и принять разумное решение).
6. Если вы объявили о наказании, не отменяйте его.
7. Будьте последовательны и проявляйте твердость.
8. Не наслаивайте одно наказание на другой, это только вызовет у детей раздражение.