**Девять правил воздействия на ребенка без применения телесного наказания**

**1. Сохраняйте спокойствие.**
Если ваши нервы на пределе, не предпринимайте никаких действий и постарайтесь успокоиться. Часто причиной срыва является целый ряд стрессовых факторов. Постарайтесь отстраниться от ситуации и посчитать до десяти. Как только вы обретете самообладание, выход из ситуации станет очевиден.

**2. Найдите время для себя.**
 Если вы посвятите какое-то время чтению, прогулке, упражнениям, молитве или вашему хобби, вы будете вести себя более спокойно и выдержанно со своим ребенком.

**3. Будьте доброжелательными, но требовательными.**
Если ваш ребенок не отреагировал на продолжительные просьбы вести себя должным образом, лучше воздержаться от телесных наказаний, привлечь его внимание, добиться понимания с его стороны и повторить свою просьбу в доброжелательном, но твердом тоне

**4. Давайте ребенку возможность выбора.**
Если ребенок не слушается, опишите ему, какие меры вы готовы предпринять в ответ на плохое поведение с его стороны, дайте ему возможность самостоятельно выбрать между послушанием и возможным наказанием.

**5. Пусть ребенок столкнется с последствиями своих действий.**
 Если ребенок совершил проступок, который привел к отрицательным последствиям, дайте ему возможность предпринять меры для устранения причиненного ущерба. Так вы научите своего ребенка нести ответственность за свои действия, а не испытывать страх перед наказанием.

**6. Давайте ребенку возможность достичь договоренности с вами.**

Если ваш ребенок нарушил договоренность, существующую между вами, следует обсудить с ним его поведение и ваши чувства в связи с этим, и постараться вновь достичь согласия, взяв с ребенка слово впредь не поступать подобным образом, предложив ему возможность компенсировать подобный проступок конкретными положительными действиями.

**7. Не вступайте в конфликт.**
 Если ребенок пререкается, лучше не продолжать разговор в таком тоне. Спокойно скажите, что будете готовы поговорить с ребенком, как только он будет готов вести себя более уважительно.

 **8. Будьте доброжелательны, но тверды в своих требованиях.**
Вместо того чтобы ударить ребенка, когда он делает что-то, чего делать не должен, возьмите его на руки, отнесите в другую комнату и предложите заняться чем-нибудь другим. Иногда вам потребуется проделать это несколько раз.

 **9. Заранее предупредите ребенка о своих намерениях.**
Заранее предупредите ребенка о своем намерении прервать какие-либо его занятия. Тогда он сможет довести до конца начатое дело, и спокойно подчинится вашему требованию. Так вы избежите вспышек гнева, которые часто являются проявлением бессилия и следствием отсутствия у ребенка своевременной информации.