Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.

Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас. Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры. Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка. Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.

Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение.

Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преображает его. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть - как сразу возникнет конфликт. Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным. Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.

**Чем заменить наказания**

• Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.

• Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.

• 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.

• Наградами.

В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

**Как поддержать самоценность 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.