**Что нужно и важно знать родителям при установлении границ дозволенного. Часть 3.**

**Правило 6. Последствия (санкции) должны вытекать непосредственно из плохого поведения.**

Последствия (санкции) у родителей ассоциируются с наказанием. До сих пор ведутся ссоры и дискуссии: следует ли физически наказывать ребёнка. *Физические наказания являются вовсе не наказанием, а лишь способом разрядки и отреагирования взрослым собственного негативного эмоционального состояния – гнева, раздражения.* Если физические наказания часты в семье – это говорит о том, что у взрослых отсутствуют навыки саморегуляции, чёткая воспитательская позиция, а также контакт с самим ребёнком. Психологи считают, что *«наказывать ребёнка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое»*. Самое главное, чтобы приучить ребёнка к выполнению тех правил и ограничений, которые родители для него установили, необходимо доверие ребёнка к слову родителей. Необходимо доказать ребёнку, что если вы, родители, говорите о том, что что – то сделаете, то вы сделаете это непременно. Если же вы выдвигаете требования с предупреждением о возможной санкции, а ребёнок, не выполняя требования, точно знает, что вы можете уступить, спасовать, дать себя уговорить, *«тогда ваш ребёнок начнёт с вами своего рода игру, продолжая время от времени совершать проступки, чтобы посмотреть, собираетесь ли вы приводить в исполнение декларированную санкцию».* Поэтому, прежде чем заявить о чём – либо (о возможной санкции), подумайте, действительно ли вы это сделаете, чтобы не вступать с ребёнком в бессмысленную игру. Также при установлении санкций необходимо помнить о том, что *чем меньше ребёнок, тем наказание должно быть ближе к проступку по времени и не носить длительный характер.* Ребёнок может забыть причину наказания, в противном случае, отсроченное наказание вносит в жизнь ребёнка слишком много беспокойства. Подростки могут справиться с наказаниями (санкциями), отнесёнными на неопределённый срок, и обычно подростки хорошо знают, какого наказания они заслуживают.

**Отсроченное наказание часто выглядит как месть родителя ребёнку.**

**Длительные наказания вызывают обиду у маленьких детей и могут привести к эмоциональному срыву, а также протестным реакциям по типу мстительного поведения.**

Чтобы не заявлять в запальчивости первое, что придёт в голову. Родителям следует при установлении определённых правил и запретов (и разнесении их по цветовым зонам) продумать, составить и прописать список возможных последствий и санкций с их стороны на тот случай, когда эти правила и запреты будут нарушаться, по следующей форме (вариант):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Правила, требования к ребёнку, а также запреты и ограничения | Ситуации, в которых данные правила не выполняются | Последствия (санкции), предусмотренные в случае невыполнения правил |
| ……………………………… | ……………………………… | ………………………………. |

Главное о чём должны заботиться родители при назначении тех или иных санкций, - это

**Воспитывать в ребёнке сознательность и ответственность, а не создавать эмоциональный дискомфорт. Причём не только ребёнку, но и себе самому!**

Желаю крепкого здоровья!

Педагог-психолог Кожевникова Мария Евгеньевна.

Телефон для консультаций 89301226825