

## Почему наказывать ребёнка — большая ошибка?



Учёные уже давно выяснили, что позитивное подкрепление гораздо эффективнее наказания. Награда, похвала, одобрение являются мощным мотиватором. Кроме того, наказание за плохой поступок влечёт за собой боязнь быть наказанным, а не угрызения совести. □ Если применять моральное или физическое унижение, маленький человек скорее будет стремиться избежать наказания, а не на самом деле раскаиваться в неправильности своих намерений. Но если не наказывать, то как в таком случае воспитывать ребёнка?

1. Разговаривайте с ребёнком. Это самый сложный пункт. Да, родители часто устают от детей, и иногда легче вместо длинных разъяснений просто повысить голос или отвесить подзатыльник, но это не выход. Именно в раннем возрасте закладываются основы: что хорошо, а что плохо. Объясняйте самые простые принципы: почему нельзя врать, причинять боль окружающим или животным, зачем уважать других.

2. Обеспечьте ему интересную и насыщенную жизнь. Многие дети проказничают просто от скуки. Часто они хотят обратить на себя внимание, или, если у них нет досуга, начинают придумывать его себе самостоятельно. Ваша ответственность — организовать ребёнку интересное и развивающее времяпровождение □ Если у вас не хватает времени самостоятельно занимать ребёнка, то отдайте предпочтение кружкам и секциям. Сегодня от выбора разбегаются глаза: спорт, музыка, живопись, иностранные языки, театральные кружки Если боитесь, что не успеете уследить за всем, то пользуйтесь task-менеджерами, например, приложениями Asana или Todoist (да-да, прямо как в офисе) □ В них можно вносить все задачи, касающиеся воспитания. А оплачивать кружки и секции удобнее всего будет через Сбербанк Онлайн по QR или штрихкоду. □ В разделе «Платежи — Образование» можно заплатить сразу за детский сад/школу, секции и кружки, пополнить карту питания и пр. Всё разом

3. Воспитывайте личным примером. Родительство — это, в первую очередь, и воспитание себя □ Роль примера очень важна в формировании личности ребёнка. Если вы учите, что «бить девочку в детском саду плохо», а сами используете шлепки, то вы обесцениваете свои же слова. Ребёнок подсознательно решает, что прав тот, кто сильнее □♂ Вы должны быть моральным компасом для малыша: не врать, проявлять сочувствие, извиняться, если вы не правы (и перед ребёнком в том числе) Только так вам удастся стать наставником и другом. А какие методы вы используете в качестве поощрения или наказания?