**Правила эффективного воспитания**

**Эффективное наказание**

Правило 1. Наказание должно преследовать  четкую цель: изменить конкретное поведение  ребенка.
Правило 2. Презумпция невиновности.
Правило 3. Наказание должно быть выполнимым.
Правило 4. Нельзя наказывать тем, что ребенок впоследствии должен любить.
Правило 5. Используйте три предупреждения.
Правило 6. Не отменяйте наказание во время исполнения.
Правило 7. Соизмеряйте меру наказания с величиной проступка.
Правило 8. Наказывайте так, чтобы никто этого не видел.
Правило 9. Наказывайте только в спокойном состоянии.
Правило 10. Избегайте "любимых" наказаний.

**Эффективное поощрение**

Правило 1. Поощрение не всегда должно быть привязано к конкретному поведению.
Правило 2. Поощряйте тем, что ребенок впоследствии должен любить.
Правило 3. Больше сюрпризов.
Правило 4. Поощряйте публично.
Правило 5. Хвалите не только словами.

**Мотивация ребенка**

Способ первый. Отвечайте на все вопросы.
Способ второй. Подавайте пример.
Способ третий. Оценивайте окружение.
Способ четвертый. Регулируйте нагрузку - как интенсивность, так и содержание.
Способ пятый. Удивляйте.

**Источник:** Непослушное солнце, или Как перестать кричать на своего ребёнка/С.Е. Чуднявцев.-7-е изд. – Ростов н/Д: Феникс, 2017. – 159 с. – (Психология).