|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дисциплина нужна!**  |  |  |
| * **Обеспечьте прочные границы.** Мир для ребенка и для взрослого – весьма опасное место. Лучшая система безопасности – четкий набор правил и принципов, ограничивающих относительно безопасную для ребенка сферу жизнедеятельности. Дети и подростки постоянно нарушают это границы, но не ради большей свободы, а чтобы удостовериться в их незыблимости. Ваша задача – ясно очертить границы и следить за ем, чтобы они оставались на месте.
* **Действуйте заодно.** Если Вы противоречите своему партнеру, это означает, что Вы просто подлизываетесь к детям, чтобы они больше Вас любили. Фактически Вы только вносите сумятицу в их голову, рушите уверенность ребенка в прочности границ и снижаете уважение к вам обоим. Вы не должны заранее договариваться о каждой мелочи между собой, достаточно договориться, что один из Вас всегда подтвердит то, что сказал другой («Если папа сказал нет, значит нет»). Факт вашего единодушия значит больше, чем предмет.
* **Строгость нужна не всегда.** Иногда ситуацию можно разрешить шуткой и всем вместе повеселиться над неуклюжестью☺
 | * **Пряник побеждает кнут.** В большинстве случаев дети вполне довольны тем, что Вы их просто заметили и похвалили. Кнут должен «висеть на стене» в качество напоминания, но никогда не покидать этого места. Если Вы считаете возможным им пользоваться, то только в сочетании с «пряником» (Можно сказать подростку, что Вы не отпустите его на вечеринку, если он будет поздно возвращаться домой, но разрешите задержаться на вечеринке, если он не будет нарушать правило тайминга о возвращении домой).
* **Будьте последовательны.** Если реакция взрослых на одни и те же действия ребенка оказывается каждый раз разной, он не может понять как себя вести, а границы оказываются размытыми и сомнительными. В итоге ребенок чувствует себя запутавшимся, неуверенным, нелюбимым. Если Вы что-то решили – будьте последовательны, придерживайтесь обозначенного правила.
* **Не обобщайте. Не навешивайте ярлыки.** Несомненно одно: ребенок, на которого навесили ярлык, будет стараться ему соответствовать!
 | * **Не загоняйте себя в угол.** Главное правило угрозы – ее исполнение. Если пригрозили ребенку чем-то, а н Вас не послушался – приводите угрозу в исполнение; а чтобы с этим не было проблем, не загоняйте себя в угол заведомо невыполнимыми вариантами.
* **Будьте сильнее своих негативных эмоций.** Выходя из себя

при общении с детьми, Вы «даете им добро» на такое же поведение. Вам нужно научиться распознавать признаки приближающейся бури как можно раньше, чтобы выбрать другую реакцию. Если уже поздно, то возьмите «тайм-аут», удалитесь на благоразумную дистанцию и оставайтесь там до тех пор, пока не успокоитесь.* **Ошиблись – признайтесь.** Чем спокойнее Вы будете признавать свои ошибки, тем легче будет ребенку увидеть, что в этом нет ничего уничижительного. Он поймет, что ошибки совершает каждый и ничего постыдного в этом факте нет.
* **Дайте ребенку право на выражение эмоций.** Любых! Ребенок, который не может выразить свои чувства – не может избавиться от них!
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Детский/подростковый практический психолог **Богомягкова** **Оксана** **Николаевна**(кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии ПГГПУ, психотерапевт)**8 902 832 86 87****Bogom-on@mail.ru** | **«Правильная дисциплина невероятно благотворно воздействует на детей»*****Ричард Темплар*****«Родительство – прекрасный повод серьезно заняться собственными недостатками, чтобы они не достались Вашим детям по наследству»*****Ричард Темплар*** | **Секреты Воспитания**http://www.school755.ru/spaw2/uploads/images/sponso.png**ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ** |