|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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](http://images.yandex.ru/yandsearch?source=wiz&uinfo=sw-1007-sh-482-fw-782-fh-448-pd-1&p=2&text=%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%D1%87%D0%BA%D0%B0%20%D0%B2%20%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%D1%85&noreask=1&pos=74&rpt=simage&lr=50&img_url=http://education.simcat.ru/school63/img/i/1298395524_sponso.png)  **ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ** |