

Правила – это, чего ребенок обязательно должен придерживаться, и даже если на первый взгляд эта мысль кажется противоречивой, именно правила поведения дают ребенку чувство уверенности и защищенности. Важно, чтобы родители передавали детям эти правила постепенно.

- Помните, что ребенок ХОЧЕТ, чтобы вы приучали его к дисциплине.

Хотя ребенок протестует против ваших требований и не желает подчиняться дисциплине, на самом деле он стремится к ней. Ребенку крайне необходимо чувствовать, что родители следят за ним, присматривают, помогают ему управлять своими эмоциями, уверенно направляют и **не боятся** его. Даже когда кажется, что он хочет быть хозяином положения и сражается с родителями, чтобы этого добиться, на самом деле он предпочитает потерпеть поражение. Он знает, что слишком юн, чтобы отвечать за все. Он нуждается в защитнике, в ком-нибудь, на кого можно смотреть снизу вверх. Если он все время добивается своего, если он в состоянии запугать родителей, он теряет защитников. Он остается один, сам по себе. Да и родительское раздражение не проходит даром. Ребенок побеждает с помощью плача, нытья и приставаний, но на лице отца и матери — недовольство и отчуждение, даже если те беспомощно отступают. "О'кей, пусть будет по-твоему," — говорит взрослый: он уже сыт по горло. Ребенок выигрывает мелкое сражение, но проигрывает войну: он теряет любовь и надежную поддержку взрослых. И потом — если ребенок в принципе послушен и дисциплинирован, родители могут спокойно, без раздражения переносить его слезы и скандалы. Эти демонстрации — лишь "достойное" отступление с поля боя. А за ними — благодарный ребенок, который только рад, что ему дан должный отпор любящими, заботливыми и... бесстрашными родителями.

- Давайте ясные и конкретные указания

Ребенку необходимо точно знать, что от него требуют. Сказать ему "веди себя хорошо" — это, по сути дела, ничего не сказать. Что именно он при этом должен делать и чего не должен? Конечно, родителям может показаться, что детям и так известно, что подразумевается под "хорошим поведением". Однако ребенок не всегда знает, что конкретно ему следует предпринять, чтобы угодить родителям.

Гораздо полезнее и эффективнее точно определить задачи ребенка. Тогда и он, и сами родители будут ясно видеть, выполнены требования или нет. Вот, для сравнения, несколько типичных примеров расплывчатости и четкости в родительских указаниях:

"Веди себя хорошо" / "Не бегай, ходи спокойно. Говори тихо, не кричи. Делай, что тебе говорят, а не то, что тебе хочется";

"Наведи порядок" / "Положи игрушки на полки, одежду повесь в шкаф";

"Ешь аккуратно" / "Ешь над тарелкой, чтобы не пролить суп, жуй медленно, с закрытым ртом и не чавкай";

"Приходи пораньше" / "Возвращайся к пяти часам";

"Оденься потеплее" / "Надень шапку, шарф и варежки".

Точность и определенность предотвращают недоразумения и помогают детям выполнять поставленные перед ними задачи.

- Создавайте правила

Когда ребенок знаком с требованиями родителей, ему легче их выполнять. Чем яснее выражено требование, тем вероятнее, что оно будет выполнено. Нечеткие

родительские указания ведут к путанице, недоразумениям и непослушанию. Существует особая стандартная форма точных указаний (назовем их "правилами"), которые помогают ребенку вести себя соответственно и как можно реже попадать в конфликтные ситуации.

Правила помогают и родителям в воспитательной работе. С введением простых правил можно избежать множества досадных споров и пререканий. Например, ребенок каждый день до обеда просит что-нибудь сладкое. В понедельник он ноет: "Можно взять фруктовое мороженое? На улице так жарко!" Во вторник: "Можно взять печенье? Я такой голодный!" В среду: "Можно попробовать крем от субботнего пирога?" В четверг: "Можно пожевать жвачку, которую дал мне Юра?" Каждая из этих просьб сопровождается маленьким сражением:

Мать: Я не хотела бы, чтобы ты сейчас что-нибудь ел. Ребенок: НУ, ПОЖАЛУЙСТА! Мать: Ты испортишь аппетит перед обедом. Ребенок: Я обещаю, что съем все-все, что ты дашь!

В иные дни побеждает мать, в иные — ребенок. Двойственное отношение матери к проблеме мешает радикально изменить ситуацию. С одной стороны, ей не хочется, чтобы ребенок перебивал себе аппетит сладостями, кроме того, она в принципе против лакомств в будни. С другой стороны, она еще не приняла окончательного решения, и ее "да" и "нет" каждый раз зависят от того, насколько вредной и ненужной она считает очередную сладость. А так как ребенок эпизодически получает то, что просит, он продолжает просить постоянно. Труднее всего искоренить то, что иногда разрешается. **Иными словами, если ребенок всегда получает в ответ "нет", он в конце концов перестает просить.**

Для того, чтобы исправить положение, мама должна занять твердую позицию. В подходящий момент, в бесконфликтной, дружелюбной обстановке, когда ребенок ничего не выпрашивает, она знакомит его с правилом.

Правила следует формулировать в утвердительной форме, тогда они, как и все виды позитивного общения, вызывают меньший протест и большее желание сотрудничать.

Правила должны быть краткими: "Едим только в кухне"; "В доме — в тапочках"; "Уборка — до завтрака"; "Едим с закрытым ртом"; "Помогаем по очереди"; "Играем в чистой комнате" и т.д. Правда, когда правило только вводится, можно дать его в развернутой форме — для абсолютной ясности.

Правил не должно быть слишком много.

Выработанные совместно правила вызывают у детей больше энтузиазма. Кроме того, они быстро схватывают их удобство и преимущества и с удовольствием конструируют "схемы", в которых им легче и приятнее существовать.

- Сохраняйте твердость

Оставаться твердым — это значит:

- 1) знать, чего хочешь достигнуть;
- 2) четко определить свои требования — для себя и для детей;
- 3) добиться их выполнения.

Знай: ЕСЛИ ПРАВИЛА И ТРЕБОВАНИЯ ИГНОРИРУЮТСЯ ДЕТЬМИ, ПРИЧИНА - В ВАШЕЙ СОБСТВЕННОЙ ДВОЙСТВЕННОСТИ.

Принимая решение, не отступайте от него. Для утверждения авторитета и власти необходимо доводить до конца как добрые обещания, так и грозные посулы. Если

родители не уверены, что могут осуществить обещанное наказание, следует обдумать проблему и устранить ее. Ребенку можно сказать: "Извини, но я подумал как следует и понял, что наказание, о котором я тебя предупреждал, — не совсем подходящая мера по такой-то и такой-то причине. И я меняю его на другое". Конечно, слишком часто менять решение не стоит, но это честнее, чем лишать обещанной награды или отменять заслуженное наказание. Невыполненное обещание пагубно влияет и на доверие к родителям, и на их авторитет.

Чтобы сохранять твердость при решении воспитательных задач, следует с самого начала досконально обдумать следующие вопросы:

Какую цель мы преследуем?

Какие конкретно результаты нас удовлетворят на первом этапе и чего мы ожидаем в будущем?

Какую именно тактику мы готовы применить без всяких оговорок?

Эти вопросы надо задавать себе при решении как малых, так и больших задач. Ответы на них помогут свести к минимуму разногласия с детьми и добиться успехов в воспитании.

- Не нужно зависеть от школы, чтобы научить ребенка всему, что ему нужно знать. Учителя не могут сделать все сами. Важно, чтобы вы помогли своему ребенку учиться, и то, что вы будете работать со своим ребенком дома, улучшит то, как он/она будет учиться в школе. Не забывайте каждый вечер проверять его уроки, а также дайте ребенку понять, каковы ваши ожидания.

Представьте себе, что в комнате находится ваша приятельница или соседка и что вы при ней наставляете ребенка.

Поразительна разница между тем, как родители обращаются со своими детьми на людях и за закрытыми дверями. Они со всей очевидностью демонстрируют высокий уровень контроля над своими эмоциями, когда им не хочется ставить себя в неловкое положение перед другими людьми. Простая мысль, что в комнате есть посторонние люди, мобилизует самоконтроль, заставляет прибегать в общении с детьми к разуму, а не к эмоциям.

- Не наказывайте ребенка в присутствии других людей. Если ваш ребенок плохо себя ведет, отведите его в сторону и объясните, что он сделал неправильно, и каким будет его наказание. Наказывая ребенка в присутствии других людей, вы только придете к ненужному смущению, которое может навредить самооценке вашего ребенка.

- Старайтесь не сдаваться или уступать, если вы уже сказали «нет». Сказав ребенку «нет», а потом отступив, когда он/она начинает раздражаться, вы только научите его, что раздражение — это способ получить то, что он хочет. Это только усилит плохое поведение, нежели научит хорошему.

Помните! Непоследовательное поведение родителей сбивает ребенка с толку, запутывает его.



Памятка родителям

**Помогите ребенку стать
дисциплинированным!**

