

## Как привить у ребенка уважение к дисциплине

**Не провоцируйте детей на манипуляции** – соблюдайте

единство требований, они должны твердо усвоить, что папины, мамины и бабушкины «нельзя» одинаково бескомпромиссны и непоколебимы. И не подставляйте друг друга. Бывают случаи, когда мама говорит нельзя больше 2 конфет в день, а бабушка «втихаря» дает малышу сладкое. В таком

случае нужно донести бабушке мысль, что своим поведением, она порождает конфликты с ребенком в вашей семье, показывает ребенку, что мамиными правилами можно пренебрегать, и учит ребенка делать что-то втихаря от родителей. Сначала, это более-менее безобидная конфета, а что будет в подростковом возрасте? Поэтому, если вы заметили такое поведение близких, то обязательно обсудите эту проблему с ним и вызовите человека на осознанность. Скорее всего он делает это не со зла, и не осознает последствий.



**Научитесь игнорировать неуместные детские запросы и учредите запрет на ситуативное нарушение.** Твердое «нельзя» не подразумевает «можно только сегодня», «чуть-чуть», «чтобы никто не узнал» и прочие уловки.

**Установленный распорядок.** Малышу будет легче выработать «правильные» полезные привычки и привыкнуть к дисциплине, если не будет необоснованных отступлений от режима дня.

**Подробно объясняйте детям не только суть, но и необходимость конкретного запрета.** Малыш или тинэйджер должен не только принять во внимание, но и осмыслить, почему в этой ситуации ему необходимо вести себя именно так, как требуют старшие. То есть вам нужно подумать самим для чего этот запрет, на сколько он обоснован, в интересах ли он вашего ребенка. Затем объяснить и установить правило, нарушение которого приводит к определенному наказанию. Наказание психологи советуют выполнять после одного предупреждения. Для достижения результата взрослые должны наладить диалог, в идеале добиться ответной реакции. Поскольку дошкольники не способны удерживать информацию очень долго, потому родители должны быть готовы к многократному, терпеливому и доброжелательному повторению просьб, указаний.

***Не частите с частицами «не» и дозируйте распоряжения.*** Нет ничего удивительного в бунте юного наследника, которому многое запрещают, особенно если взрослые выдают требования пачками. Обоснованные, понятные и посильные для выполнения установки должны усваиваться последовательно и постепенно. Незрелый мозг не в состоянии усвоить весь свод правил, да и не всем взрослым это под силу.

***Будьте дружелюбны.*** Эмоциональный прессинг и жесткие методы воспитания зачастую вызывают противоположный эффект. Начинать стоит с поручений, которые детвора выполняет легко и охотно. Не скупитесь на похвалу, создавайте позитивную эмоциональную атмосферу, сдерживайте раздражение, контролируйте свою интонацию, силу голоса.

***Учитывайте физиологию.*** Для сброса энергетического напряжения, гармоничного физического развития и отменного настроения детям разных возрастных групп нужна интенсивная двигательная активность. Жесткие ограничения и контроль на каждом шагу могут вызвать протест или депрессию у самых послушных и покладистых ребят.

***Станьте образцом для подражания*** – просто сами не делайте того, что вы запрещаете детям.

***Воспитание – процесс длительный и трудный.***

**Подготовила Немчинова Наталья, педагог-психолог  
по материалам сети интернет**