

**Лекторий для родителей по теме:**

**«Дисциплина»**

Детям не только нужен порядок и правила поведения, они хотят и ждут их! Это делает их жизнь понятной и предсказуемой, создает чувство безопасности. Возникает вопрос: если ребята чувствуют себя более защищенными в условиях заведенного порядка и определенных правил поведения, то почему они норовят эти порядок и правила нарушить? **Почему на это постоянно жалуются родители,учителя?**

Дети восстают не против самих правил, а против способов их «внедрения»

(согласитесь, само это привычное для слуха слово указывает на силовые методы).

**Как же найти пути к бесконфликтной дисциплине ребенка?**

Есть шесть правил, которые помогают наладить и поддерживать в

семье бесконфликтную дисциплину.

**Первое правило**: Ограничения, требования, запреты обязательно должны быть в

жизни каждого ребенка.

Это особенно полезно помнить тем родителям, которые стремятся, как можно

меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В этих случаях дети растут

эгоистами, не приученными к порядку, не умеющими себя ограничивать. В школе,

на работе, в любой компании им уже никто не хочет потакать. Со своими

завышенными требованиями к окружающим и неспособностью идти навстречу

другим, они остаются в одиночестве, часто встречают насмешки и даже

отвержение. Да и в старости такие «вечно уступчивые» родители часто

оказываются одинокими и заброшенными.

**Правило второе**: Ограничений, требований, запретов не должно быть слишком

много и они должны быть гибкими.

Это правило предостерегает от другой крайности – когда родители считают что

побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо. По принципу: «Дашь

ему волю, так он и на шею сядет; будет делать что хочет». Тут они показывают

сомнительный пример поведения «всегда добиваться того, что ты хочешь, не

считаясь с желаниями другого». Ведь дети очень чувствительны к манерам

родителей и с раннего детства им подражают. Так что в семьях, где применяются

авторитарные, силовые методы, дети быстро учатся делать то же. Они как бы

возвращают взрослым преподанный урок, и тогда «коса находит на камень».

Когда родитель выполнения своего желания требует от ребенка мягко, но

настойчиво, часто сопровождая объяснениями, с которыми тот, в конце концов,

соглашается. И если такой нажим – постоянная тактика родителя, с помощью

которой они всегда добиваются своего, то ребенок усваивает убеждение: «Мои

личные интересы (желания, потребности) не в счет, все равно придется делать то,

что хотят или требуют родители».

В некоторых семьях это продолжается годами, и дети постоянно оказываются

побежденными. Как правило, они растут либо агрессивными, либо чрезмерно

пассивными. Но в обоих случаях у них накапливается озлобление и обида, их

отношения с родителями нельзя назвать близкими и доверительными.

Оба правила взятые вместе, предполагают особое чувство меры, особую мудрость

родителя в решении вопросов о «можно», «следует» и «нельзя».

Найти золотую середину между

попустительским и авторитарным

стилями нам помогает образ

четырех цветовых зон поведения

ребенка: зеленой, желтой,

оранжевой и красной (идея зон

принадлежит одному

американскому психологу).

Зеленая зона – то, что разрешается

ребенку по его собственному

усмотрению или желанию.

Например, в какие игрушки играть, какие свои игрушки отдать друзьям, в какой

кружок записаться, с кем играть и дружить…

Желтая зона – действия, в которых ребенку предоставляется относительная

свобода. Например, можно сесть за уроки, когда хочешь, но закончить работу к 8

часам вечера; можно гулять, но только в своем дворе.

В этой зоне ребенок приучается к внутренней дисциплине и бесконфликтной

принятие ребенком требований и ограничений должны быть предметом особенной

родительской заботы. Постарайтесь в каждом случае спокойно (но коротко!)

объяснить, чем вызвано ваше требование. При этом обязательно подчеркните, что

именно остается ребенку, для его свободного выбора. Когда дети чувствуют

уважение к их чувству свободы и самостоятельности, они легче принимают

родительские ограничения.

Оранжевая зона действия – ребенка, которые, в общем, нами не приветствуются, но

в виду особых обстоятельств сейчас допускаются. Например, малыш напуган

страшным сном, и мать берет его в свою кровать, пока он не успокоится. Не стоит

бояться подобных исключений, если они действительно редки и оправданы. Дети

бывают очень благодарны родителям, за готовность пойти навстречу их особенной

просьбе. Тогда они даже больше готовы соблюдать правила в обычных ситуациях.

Красная зона – действия, не приемлемые ни при каких обстоятельствах. Нельзя

бить, щипать или кусать маму, играть с огнем, ломать вещи, обижать маленьких…

Список этот взрослеет вместе с ребенком и подводит его к серьезным моральным

нормам и социальным запретам.

**Правило третье:** Родительские требования не должны вступать в явное

противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Начиная лет с десяти-одиннадцати ребятам становится особенно важно общаться

со сверстниками. Ребята часто перестают слушаться родителей и последствия этого

могут быть опасными. Чтобы избежать осложнений, родителям стоит быть

особенно осторожными в запретах «не дружить», «не ходить», «не надевать», «не

участвовать».

Подростковая мода подобна ветрянке – многие ребята её подхватывают и

переносят в более или менее серьёзной форме, а через пару лет сами же

улыбаются, оглядываясь назад. Но если в это время родители вошли в затяжной

конфликт со своим сыном или дочерью, согласия со своими мнениями они не

добьются, а контакт и доверие могут потерять окончательно.

Что же остается на долю родителей, кроме терпения и принятия неизбежности

«ветрянки»? Нам необходимо оставаться носителями и проводниками более

общих, непреходящих ценностей: честности, трудолюбия, благородства, уважения

к личности другого. Заметьте, что многие из этих ценностей можно и обсуждать с

взрослеющим ребёнком, и реализовать во взаимоотношениях с ним, а это – самый

главный дар, который он в глубине души ищет и надеется получить.

**Правило четвертое:** Ограничения, требования,

запреты должны быть согласованы взрослыми между

собой.

Когда мама говорит одно, папа другое, а бабушка –

третье, ребёнку невозможно усвоить правила,

привыкнуть к дисциплине. Он привык добиваться

своего, «раскалывая» ряды взрослых. Отношения между взрослыми членами семьи

от этого не становятся лучше.

Разногласия взрослым необходимо обсуждать без ребёнка. Не менее важна

последовательность в соблюдении правил. Если ваш ребёнок два дня подряд

ложился в 10 часов вечера вместо 9, то на третий день вам трудно будет уложить

его вовремя, он резонно возразит, что вчера и позавчера вы ему «разрешали».

Стоит помнить, что дети постоянно испытывают наши требования «на прочность»

и принимают, как правило, только то, что не поддается расшатыванию. Иначе

приучаются настаивать, ныть, вымогать.

**Правило пятое:** Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть

скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

Любой запрет желаемого для ребенка труден, а если он произносится сердитым ил

властным тоном, то становится трудным вдвойне.

И на вопрос «Почему нельзя?», не стоит отвечать «Потому, что я так сказал», «Я

так велю», «Нельзя и всё!» Нужно коротко пояснить: «Уже поздно», «Это

опасно»…

Объяснение должно быть коротким и повторяться один раз. Если ребёнок снова

спрашивает: «Почему?», то это не потому, что он вас не понял, а потому, что ему

трудно побороть своё желание. Здесь поможет активное слушание.

Активно слушать ребёнка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он поведал,

при этом обозначив его чувство. Такое буквальное сочувствие родителя

производит на ребёнка совершенно особое впечатление.

Важные особенности беседы по способу активного слушания:

Во-первых, очень важно чтобы ваши и ребёнка глаза находились на одном уровне,

так как ваше положение по отношению к нему и ваша поза – первые и самые

сильные сигналы о том, насколько вы готовы его слушать и услышать.

Во-вторых, если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребёнком, не

следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в

утвердительной форме, так как фраза оформленная как вопрос, не отражает

сочувствия.

Часто на вопрос «Что случилось?» огорченный ребёнок отвечает «Ничего!», а если

вы скажете «Что-то случилось…», то ребёнку бывает легче начать рассказывать о

том, что случилось.

В-третьих, очень важно в беседе «держать паузу». Не забивайте его своими

соображениями и замечаниями. Пауза помогает ребёнку разобраться в своём

переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом. Если глаза

ребёнка смотрят не на вас, а в сторону «внутрь» и «вдаль», то продолжайте

молчать – в нём происходит сейчас очень важная и нужная внутренняя работа.

В-четвертых, в вашем ответе также иногда полезно повторить, что, как вы поняли,

случилось с ребёнком, а потом обозначить его чувство.

Иногда у родителей возникает опасение, что ребёнок воспримет повторение его

слов как передразнивание. Этого можно избежать, если использовать другие слова

с тем же смыслом. Практика показывает, что если вы даже и используете те же

самые фразы, но при этом точно угадываете переживания ребёнка, он, как правило,

не замечает ничего необычного, и беседа успешно продолжается.

Если вы не совсем точно угадали случившееся событие или чувство ребёнка, не

смущайтесь, в следующей фразе он вас поправит. Будьте внимательны к его

поправке и покажите, что вы её приняли.

Три результата активного слушания:

1. Исчезает или, по крайней мере, сильно ослабевает отрицательное переживание

ребёнка.

2. Ребёнок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать о

себе всё больше.

3. Ребёнок, при активном слушании, сам продвигается в решении своей проблемы.

Приказы же и «Ты – сообщения» усугубляют сопротивление ребёнка.

Предложение, в котором вы говорите о правиле, лучше строить в безличной форме.

Например, стоит сказать: «Спичками не играют» вместо «Не смей играть

спичками!», «Конфеты едят после обеда» вместо «Сейчас же положи конфету

назад!», «Хвост у кошки не для того, чтобы за него тянули» вместо «Перестань

мучить кошку!»

**И последнее шестое правило** поддержания дисциплины: Наказывать ребёнка

лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

Правда, здесь нужно иметь запас больших и маленьких семейных праздников,

семейных дел, традиций (любимые пироги, которые по выходным печет мама,

поездки на рыбалку с папой, совместные прогулки).

И отменять их, только если случился проступок, действительно ощутимый, и вы на

самом деле расстроены. Однако не угрожайте их отменой по мелочам.