**Правила к бесконфликтной дисциплине ребёнка**

 Есть несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину.
***Правило 1*** Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в семье каждого ребёнка.
Это особенно полезно помнить тем взрослым, которые стремятся как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они начинают идти на поводу у собственного ребёнка. Это попустительский стиль воспитания.
***Правило 2***Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много.
Это правило предполагает особое чувство меры, особую мудрость взрослого в решении вопросов о «можно», «следует», и «нельзя».
***Правило 3***Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно – разъяснительным, чем повелительным.
Любой запрет желаемого для ребёнка труден, а если он произносится властным, агрессивным тоном, то становится трудным вдвойне. Так на вопрос «Почему нельзя?», не стоит отвечать: «Я так велю», «Нельзя и всё!» Нужно коротко пояснить: «Уже поздно», «Это опасно». Объяснение должно быть коротким, и повторяться один раз.
***Правило 4***Наказывать ребёнка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.
Лучше ограничить его в чём – то, нежели физически наказывать.
***Правило 5*** Требования взрослых не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка.
 Например, взрослым часто досаждает «чрезмерная» активность детей: много прыгают, открывают, разбирают, танцуют, слушают музыку.
 Всё это проявления естественных потребностей детей в движении, познании, упражнении. Им гораздо больше, чем нам взрослым надо бегать, двигаться, пробовать свои силы. Запрещать такие действия всё равно, что перегородить полноводную реку. Лучше позаботиться о том, чтобы направить её течение в удобное и безопасное русло.

**ПООЩРЕНИЕ ХОРОШЕГО ПОВЕДЕНИЯ**
 Умение хвалить и поощрять детей важно. Независимо от того, насколько легко поддаётся воспитанию ребёнок, непременно нужно замечать, когда ведёт он себя хорошо, и выражать ему за это признательность и высказывать похвалу. Замечайте в ребёнке преимущественно хорошие черты, и ваши отношения станут более позитивными и доверительными. Для того, чтобы поощрения были эффективны, прибегайте к ним чаще, чем к жёстким воспитательным мерам. Хвалите детей в 5-10 раз чаще, чем вам приходится их ругать. Старайтесь всегда описывать достойные поступки своего ребёнка с позитивной точки зрения, заостряя внимание на его правильных действиях. К сожалению, легче замечают плохое поведение. Некоторые взрослые совершают большую ошибку, часто применяя к ребёнку нелестные эпитеты, называя его тупицей, жадиной, хулиганом. Постоянное использование негативных ярлыков формирует у ребёнка низкую самооценку.
*- А какие поощрения используете вы? Как часто вы к ним прибегаете?*
Простейшей формой поощрения является похвала.
1. Похвала должна быть конкретной (мне нравится, что ты убрал свою комнату, что ты убрал мусор);
2. Действенная похвала должна незамедлительной;
3. Действенная похвала должна быть искренней (Большинство детей чувствуют фальш); Похвала будет эффективной, если звучит не слишком часто – нельзя «захваливать» ребёнка.

**Как не следует хвалить**
• Не хвалить за то, что не достигнуто не своим трудом – физическим, умственным или душевным. Не подлежат похвале: красота, сила, ловкость, здоровье, смекалка, сообразительность – всё это природные способности, а хвалить за отвагу, смелость и т. д.
• Больше двух раз за одно и тоже;
• Из жалости, из желания понравиться.
В похвалах нуждается каждый человек, каждый ребёнок. Но у каждого своя норма похвалы, своя степень потребности в одобрении.

**Памятка о наказании**
Наказывая необходимо помнить:
-наказание не должно вредить здоровью ни физическому, ни психическому.
-если есть сомнение: наказывать или не наказывать; не наказывайте.
-за один проступок – одно наказание. Если проступков совершено сразу много, наказание может быть суровым, но только одно, за все проступки сразу.

*Предупреждение:* Что бы не случилось, не лишайте ребёнка заслуженной похвалы и награды. Ни когда не отнимайте подаренного.
-недопустимо запоздалое наказание. Уже сам факт обнаружения проступка, в большинстве случаев, достаточное наказание.
-ребёнок не должен бояться наказания. Он должен знать, что в определённых случаях, наказание неотвратимо. Не наказания он должен бояться, а огорчения взрослых.
-не унижайте ребёнка.
-если ребёнок наказан, значит он уже прощён. О прежних проступках больше не слова.

Когда наказание безрезультатно:
-бессистемно (то наказывают, то нет за одно и тоже);
-если ребёнок более сильный или упрямый;
-неожиданно, до этого не наказывали;
-если мягко – не доходит.

**Практикум для родителей**

 Прочтите описание каждой ситуации. Определите, в чём ошибка, выберите вариант более действенного высказывания.

«Обед готов! Когда ты наконец собираешься накрывать на стол?»
Другой вариант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Родители говорят ребёнку, который обычно первым приходит из школы домой: «Как только ты приходишь домой, немедленно выноси мусор!
Другой вариант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подростку: «Я хочу, чтобы через две минуты твоя комната была убрана, развёл бардак!»
Другой вариант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Нет, я не разрешаю тебе кататься на лыжах с другом. Ты сломаешь себе ногу или столкнёшься с кем – нибудь»
Другой вариант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Тебе нельзя идти на улицу, пока не уберёшь свои вещи»
Другой вариант\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Варианты ответов**
1. Не надо задавать вопрос, необходимо поставить задачу.
Лучше: «Обед почти готов. Иди накрывать на стол» .
2.Не надо требовать выполнения задания сразу же, как только ребёнок приходит домой.
Лучше: «Вынеси мусор до моего возвращения с работы»
3.Слишком большой объём работы за короткое время.
Лучше: «К нам приходят гости, убери пожалуйста свою комнату».
4. Слишком критично предполагает неудачу.
Лучше: «Ты можешь пойти кататься на лыжах с друзьями, когда научишься на лыжах как следует».
5. Неясно, какую работу нужно сделать.
Лучше: «После того как ты уберёшь кровать, повесишь в шкаф одежду и подметёшь пол, можешь идти гулять с друзьями».