



**ДИСЦИПЛИНА:
КАК ВОСПИТЫВАТЬ
ДЕТЕЙ**

Воспитание не является такой большой проблемой, если вы подразумеваете под этим словом следующее: помочь ребенку помогать себе, помочь ему научиться жить и играть с другими, осторожно исследовать все новое, справляться со своими чувствами, развивать его интересы.

Это совсем нелегко. Нет никакого волшебного «правильного пути». Методы, которыми вы дисциплинируете или воспитываете своего ребенка, зависят от всех тех особенностей, которые отличают вашу семью от других. Дисциплина – это не значит заставить ребенка делать то, что хотите вы. Вы не можете заставить малыша быть «хорошим»; конечно, некоторые дети после криков и шлепков, угождая вам, перестают делать то, что вам не нравится.

Дети бывают наиболее непослушными, когда их родители постоянно заняты своими делами, сильно напряжены или переживают тяжелые времена. Иногда обращайте внимание на себя: ваш малыш сегодня чересчур шумный и непослушный? Вы его наказали за то, что он специально разлил краску, или потому что папа пришел поздно с работы? Эти советы вам, возможно, помогут.

БОЛЬШЕ ПОХВАЛЫ, ЧЕМ НАКАЗАНИЙ

Малыши любят, когда их хвалят, они очень любят угождать. Они очень хотят, чтобы их замечали. Если вы поощряете поведение, которое вам нравится, ребенок, чтобы угодить вам, старается еще больше. Объятие, улыбка, проявление интереса к тому, что они делают, – это лучшая награда. Не нужны леденцы или новые игрушки.



БУДЬТЕ РАЗУМНЫ В СВОИХ ОЖИДАНИЯХ

Энергичные, очень подвижные малыши просто не воспринимают таких понятий, как «аккуратно», «тихо», «подожди» и т.д. Дайте им время и помогите научиться всему этому.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ СЛОВО «НЕТ», КОГДА ОНО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО НУЖНО

Ребенку необходимо, чтобы вы установили ограничения. Если ему все сходит с рук, он будет в большом замешательстве и недоумении; но вы должны решить, что действительно важно. Ваш ребенок научится правилам быстрее, если их будет не так много.

ИЗБЕГАЙТЕ СРАЖЕНИЙ, В КОТОРЫХ ВЫ НЕ МОЖЕТЕ ВЫИГРАТЬ

Вы не можете заставить малыша есть, спать и ходить в туалет именно тогда, когда этого хотите вы. Вы не добьетесь послушания, вызывая все новые конфликты. Понимание того, как дети вырастают до поведения, которое вам нравится, не является признаком вашей слабости.



ОТВЛЕКАЙТЕ РЕБЕНКА ИЛИ ПРОБУЙТЕ СВОИ УЛОВКИ, КОГДА ЭТО ВОЗМОЖНО

Обычно легко переключить внимание малыша с чего-то, что вам не нравится, на более приятное занятие. Отвлечение внимания не означает, что вы «сдались», но оно может творить чудеса. Если ребенок играет с кнопками на телевизоре, предложите ему старый фонарик для игры или всякий раз, когда собираетесь смотреть телевизор, просите ребенка включить его. Если дочка хочет играть с вашей косметичкой, дайте ей разные баночки и коробочки в старой сумке.

БУДЬТЕ НАСТОЙЧИВЫ В ТОМ, ЧТО ВАЖНО

Угрозы и придирки здесь беспомощны. Малыши быстро учатся игнорировать постоянный поток фраз типа: «Если не перестанешь трогать телевизор, я тебя накажу», которые по сути ничего не значат.



БУДЬТЕ ПРЕДУСМОТРИТЕЛЬНЫ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ

Будет намного лучше, если вы положите нужные вещи куда-нибудь подальше на какое-то время, чем постоянно ругать малыша за то, что он их трогает. Лучше не позволять ему играть с мячом в гостиной, чем потом ругать его за что-то разбитое.

НЕ ВОСПРИНИМАЙТЕ СВОИ «ОШИБКИ» ТАК ОСТРО

Вероятно, вы часто зря ругаете и наказываете своего малыша. Не расстраивайтесь из-за пустяков. Пока атмосфера в вашем доме будет радостной и доброжелательной, ребенок будет воспринимать положительные эмоции.

ПРЕДЛАГАЙТЕ ВЫБОР, КОТОРЫЙ УСТРАИВАЕТ ВАС

Избегайте говорить следующие вещи: «Ты хочешь лечь спать сейчас? Ты хочешь обуть туфли?»; лучше спросить: «Ты хочешь надеть пижаму возле кровати или в ванной?» – когда вы решили, что малышу пора спать.



ПРОСИТЕ ПРОЩЕНИЯ, ЕСЛИ ВЫ НАКРИЧАЛИ НА РЕБЕНКА НЕСПРАВЕДЛИВО

Не бойтесь сказать своему ребенку, что вы чувствуете, когда устали, раздражены и бурно на все реагируете. Откровенный разговор с малышом поможет вам все наладить – и научит вашего ребенка говорить «извините, прошу прощения».

ДЕЛАЙТЕ НАКАЗАНИЯ СЮМИНУТНЫМИ

Никогда не угрожайте сделать что-то позже, не оставляйте момент наказания для другого родителя. Все дети по-разному реагируют на методы наказания: для одних достаточно наказание – строгое лицо мамы; для других – изоляция в кресле или лишение любимой игрушки.

Желаем удачи!

