

### ***Дисциплина. 8 наиболее часто задаваемых вопросов.***

Научить ребенка вести себя хорошо и при этом не поломать его личность - одна из самых сложных задач в воспитании детей. Далее приведены наиболее часто задаваемые родителями вопросы по поводу того, как лучше научить детей дисциплине.

**1. Какой метод дисциплины действительно работает?** Каждый метод имеет свои достоинства и недостатки. Например, если вы даже легонько отшлепаете ребенка за какую-нибудь провинность, это поможет исправить его поведение, но лишь на короткий срок. Но с течением времени ваш ребенок просто начнет думать, что драться - это нормально и вы получите уже другую проблему, как отучить ребенка драться. Так называемые тайм-ауты или короткие передышки между совершением проступка и последующей реакцией на него родителей, являются полезными, так как дают ребенку время осмыслить свое поведение. Но в то же самое время они лишают ребенка важного жизненного опыта, а именно ребенок не видит реакцию другого ребенка на его действия. Метод обсуждения с вашим ребенком его плохого поведения и поиск альтернатив могут помочь последнему вести себя в другой раз по иному. Но какой бы метод вы не выбрали, запаситесь терпением, так как он не даст мгновенного результата. Прежде чем вы достигнете результата, вам необходимо будет много раз проделать одно и то же.

**2. Как научить детей вас слушать?** Во-первых, вам нужно научиться выражать свои ожидания ясно и четко. Вместо того чтобы сказать: "Давай-ка садись в машину. Я знаю, ты очень хочешь поехать к бабушке, не так ли?" Вы должны выразить свою мысль следующим образом: "Я хочу, чтобы ты сейчас сел в машину. Мы собираемся ехать к бабушке". Во-вторых, вы должны четко объяснить ребенку, какие последствия могут быть от того, что он сделает так, а не иначе.

**3. Нужно ли наказывать ребенка физически?** Ребенка нельзя наказывать физически даже в самых тяжелых случаях. Как показывают исследования, физические наказания вызывают у детей рост агрессии и тягу к такому асоциальному поведению, как ложь, обман и т.д. Дети, подвергающиеся физическому наказанию, менее склонны отличать правильное от неправильного.

**4. Насколько эффективен такой метод, как "тайм-аут"?** Наиболее эффективен этот метод для детей 3-4 летнего возраста. Именно в таком возрасте они способны понять разницу между проступком и наказанием, когда вы просто отводите их в другое место, усаживаете в кресло, т. е. выдерживаете на некоторое время из социальной среды. Восприятие времени у детей постарше уже более совершенно, и они уже знают, что не будут сидеть в кресле долго, или все, чего от них ждут, это извинений. Поэтому этот метод не будет эффективен для детей старше 4 лет.

**5. Насколько эффективен метод поощрений?** Этот метод, конечно, стимулирует сотрудничество с вами ребенка. Но здесь необходимо различать грань между дисциплиной и какими-либо вариантами поведения ребенка. В случае с дисциплиной этот метод может оказаться бесполезным. Он может дать хороший результат, но когда он утратит свою новизну для ребенка, вам нужно будет искать новые методы.

**6. Как отучить ребенка не капризничать?** Капризничая, дети как бы проверяют вас. Поэтому лучше всего не поддаваться их капризам, их желанию получить все и сразу и прямо сейчас. С течением времени они будут капризничать все реже и реже.

**7. Как научиться не терять самообладание, когда вы воспитываете ребенка?** Самое главное - это научиться последовательности. Не беритесь за все сразу. Выберите для себя 4-5 наиболее значимых областей и действуйте в них не спеша.

**8. Как научить подростка следовать правилам?** Во-первых, вам нужно перестать "заключать с ним или с ней сделки". Нужно установить четкие правила, нарушение которых будет иметь свои последствия, о которых подросток должен знать. Если подросток нарушил правила, установленные в вашей семье, то далее должно следовать заранее известное наказание этого нарушения, приводимое в исполнение спокойно и без всякой злобы.

**Составитель:**  
**педагог-психолог ЦКРОиР**  
**Т.А. Хотименко**