**Консультация "Трудности поведения. Вопросы дисциплины"**

Учитель-логопед Середина Елена Валерьевна

Педагог-психолог Черкашина Ольга Егоровна

МБУ «СРЦдН» Ивнянского района



**Как привить детям навыки дисциплины**

Каждый родитель в той или иной степени сталкивается с непослушанием своего ребенка. Конечно, масштабы проблемы в разных семьях разные. Одни дети “вредничают” раз в несколько дней, других можно назвать “хронически” непослушными, в эти моменты родители все чаще задают себе вопрос, как же привить ребенку дисциплину?

**Что такое дисциплина?**

С перевода с латинского дисциплина означает воспитание.

Дисциплина включает комплекс мероприятий, направленных на формирование у ребенка общепринятой модели поведения; иными словами, на безусловное соблюдение правил, принятых в обществе.

**Когда начать?** Воспитывать ребенка необходимо с рождения. И это естественно, неизбежно и необходимо. Обучать ребенка правилам поведения нужно до тех пор, пока он не станет достаточно взрослым и поймет, как правильно вести себя в обществе.

**Почему маленькие дети должны слушаться?**

1. Умение следовать правилам – ранняя часть социализации. Дошкольники, которые не научились этому у своих родителей, будут иметь большие проблемы с адаптацией к детскому саду, а в последствии и в школе.

2. Способность подчиняться правилам и следовать им важна для развития отношений между детьми. Детей без таких навыков сверстники могут не принимать в игры, отвергать, и потом это очень сложно изменить, даже если навык появится.

3. Дети комфортнее себя чувствуют, когда их контролируют. Полная свобода привлекательна, но вызывает большую тревогу у детей, безопасность и выживание которых зависит от их родителей.

Соответственно возникает вопрос: если ребенок чувствует себя более защищенным в условиях заведенного порядка и определенных правил поведения, то **почему они норовят эти правила и порядок нарушить?**

Ответить на вопрос можно так, дети восстают не от правил, а от способов их внедрения. Поэтому можно сформулировать вопрос: как найти путь к бесконфликтной дисциплине ребенка?

Существует множество эффективных дисциплинарных стратегий, работающих в разных обескураживающих ситуациях, но они требуют от вас умений, которые достигаются практикой и самоконтролем. Они не приходят на ум автоматически. Но хорошо то, что эти стратегии не только останавливают нежелательное поведение, но в конечном итоге помогают ребенку почувствовать угрызения совести, а не желание отомстить, и таким образом он постепенно начинает чувствовать ответственность за свое поведение.

Существует несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину. Данные правила прописаны в книге Гиппенрейтер Ю.Б «Общаться с ребенком. Как?»

**Правило первое**

Правила (ограничения, запреты, требования) обязательно должны быть в жизни каждого.

Это особенно важно помнить родителям, которые стремятся как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними.

**Правило второе**

Правил (ограничений, запретов, требований) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

Родители, прежде всего, должны определить для себя, «что можно детям» и «что нельзя».

**Правило третье**

Родительские требования не должны вступать в явное противодействие с важнейшими потребностями ребенка.

***Потребность в движении***, ***познании, упражнении*** – это естественная и важная потребность ребенка. Им гораздо больше, чем нам, нужно двигаться, исследовать предметы пробовать свои силы. Запрещать подобные действия - это все равно, что перегородить полноводную реку. Лучше позаботиться о том, чтоб направить ее в верное русло.

**Правило четвертое**

Правила (ограничения, запреты, требования) должны быть согласованны взрослыми между собой.

Знакомо ли вам, когда мама говорит одно, папа другое, бабушка-третье, так вы научите ребенка манипулировать вами.

 **Правило пятое**

Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен скорее быть дружественно-разъяснительным, а не повелительным.

Любой запрет желаемого для ребенка труден, если он произносится сердитым и властным тоном.

Объяснение должно быть коротким и повторяться только один раз.

Разговор о дисциплине неминуемо приводит к вопросу о наказаниях, что делать если ребенок, не смотря ни на какие ухищрения не подчиняется?

Время от времени возникают ситуации, требующие вашего непосредственного вмешательства и контроля.

**1. Соблюдайте последовательность.** Наказание приносит пользу и не причиняет вреда в том случае, когда оно закономерно, а не случайно. Если вы наказываете ребенка, поддавшись внезапному всплеску раздражения, то это однозначно нарушение правил игры и ничего хорошего из этого не последует ни для ребенка, ни для вас.

По возможности предупреждайте ребенка заранее, за что и как он может быть наказан.

**Внимание: не запугивайте, не угрожайте, а предупреждайте!**

**2. Дал слово - держи.** Обещали - выполняйте, то есть наказывайте.  Родители, полагающие, что бесконечные предупреждения и угрозы наказания лучше, чем сами наказания, ошибаются. Бесконечное выяснение отношений с ребенком на одну и ту же тему - не лучший способ проводить время. К тому же, если вы только постоянно грозитесь наказать, но никогда не приводите свою угрозу в исполнение, ребенок может заподозрить, что вы не слишком уверены в себе и в справедливости того правила, которое пытаетесь отстаивать таким неубедительным образом. "Я тебя сто раз предупреждала! Теперь предупреждаю в сто первый и последний, а в следующий раз уже обязательно накажу!" - в подобном послании нет никакой полезной информации для ребенка.

**3. Наказывайте только за конкретный проступок**

Главный принцип такого вмешательства заключается в том, чтобы не страдали ни самооценка, ни уверенность в себе, а наказание принесло реальную пользу. Надо очень ясно представлять себе, что, зачем и почему вы делаете, а также понимать, чем именно было вызвано "наказуемое" поведение ребенка. Если он разлил воду на полу, потому что хотел помочь вам полить цветы, но не удержал в руках тяжелую лейку, - это повод не для наказания, а для покупки маленькой и легкой лейки.

 А вот если ребенок сознательно совершает какое-то действие, которое прежде уже было однозначно запрещено, то это можно рассматривать как повод для наказания. При этом важно, чтобы запреты и наказания оговаривались заранее, а не тогда, когда проступок уже совершен.

**4. Не повторяйтесь.**

Если ребенок уже был наказан за проступок, не продолжайте читать нравоучений или требовать повторных извинений – что сделано, то сделано. Напротив, постарайтесь как можно скорее вернуть его к нормальному ритму жизни.

**5. САМОЕ ГЛАВНОЕ – судим проступок,** а не самого ребенка!

*Для того чтобы научить ребенка дисциплине, требуется время. Понимание, что такое хорошо и что такое плохо, приходит постепенно, но, если вы будете последовательны и независимы от своего настроения - у вас все получиться. Успехов вам!*

**13 эффективных методов дисциплины ребёнка**

Дисциплина направлена на обучение ребенка различать допустимые и недопустимые формы поведения, хотя они могут быть субъективными. Идея в том, чтобы научить ребенка соблюдать моральный кодекс поведения и вести здоровую и счастливую жизнь без ущерба для себя и других людей.

**В возрасте от трех до пяти**

Дети в возрасте от трех лет могут понимать и следовать инструкциям. Они также могут установить связь между своими действиями и результатом. Это также возраст, когда они любят то, что они делают, это делает необходимым научить их границам. Вот несколько действенных способов дисциплинировать ребенка, не наказывая его.

**1. Позитивная дисциплина**

Как говорится в названии, позитивная дисциплина - внимание ребёнка фокусирует на том, что правильно, а не на том, что неправильно. Идея состоит в том, чтобы сместить внимание от негативного к позитивному, просто подчеркнув только то, что необходимо сделать. Это отлично работает с младшими детьми.

**2. Руководство ребенка**

Маленькие дети не знают, что правильно, а что неправильно. Они должны быть научены поведению для взаимодействия с социумом, как говорить с новыми людьми или гостями дома, какие манеры и навыки общения существуют. Так что будьте чётки и давайте им простые инструкции, чтобы они могли понять и следовать им. Направляйте ребенка на различие между тем, что приемлемо, а что нет.

И лучший способ сделать это – быть образцом для подражания. Делайте то, что правильно, и ведите себя так, как хотите, чтобы ребенок действовал. Это значит и самому говорить «извините, спасибо» и «пожалуйста», а не только требовать это от ребёнка. Это также возраст, когда они могут научиться говорить «я злюсь» или «я голоден», и даже «я люблю тебя».

**3. Дисциплина на основе награды**

Ограничения работают лучше всего, когда дети еще слишком маленькие, чтобы понять логику и объяснения. Использования наказания является распространенным способом ограничения, когда ребёнок ведёт себя определенным образом. Когда вы используете наказание, вы фокусируетесь на отрицательном.

Дисциплина, основанная на награде, фокусируется на позитиве, или на том, что ребенок должен сделать. Однако награды должны выдаваться аккуратно, чтобы они не становились взятками. Когда вы поощряете ребенка за каждую мелочь и каждый раз, он перестаёт быть мотивирован, чтобы делать правильные вещи, когда нет награды.

Один из способов предотвратить это, научить ребенка, что награда не всегда будет ощутима и материальна. Это может быть слово или похвала, или даже то, как ребенок чувствует себя. Например, хорошее чувство счастья – это награда, когда они помогают кому-то (например, брату или даже родителю).

**4. Периоды охлаждения**

Дисциплина упрямого ребенка, который привык впадать в истерики, чтобы получить всё, что он желает, не является легкой задачей. Дети, которые бьются в истерике или кричат, как правило, испытывают ярость и разочарование и выпускают это в виде истерики. Выговор или попытка заставить их сделать правильно, может превратить взаимодействие в борьбу за власть и сделать только хуже.

Когда ребенок отказывается делать так, как его просили или бросается в истерику, дайте ему время остыть. В период остывания ребенок может сидеть в комфорте в своей комнате, среди любимых игрушек.

Как только ребенок успокоится, поговорите с ним о том, почему он не должен вести себя подобным образом.

**В возрасте от шести до восьми**

 Если вы говорите с ними о последствиях их плохого поведения, убедитесь, что вы сможете исполнить всё, что вы сказали. Не следует угрожать детям огромными, непрактичными наказаниями, которые вы, возможно, даже и не сможете осуществить.

**5. Установка правил и границ**

Дети работают лучше, когда они имеют надлежащую структуру. Создайте четко определенные границы, чтобы получить эффективные результаты. Соблюдайте простые и понятные правила и последствия. Тем не менее, не переусердствуйте с правилами. Слишком много правил и ограничений может подавить ребенка и оставить его в замешательстве. Можно иметь несколько правил и руководствоваться ими.

**6. Научите их естественным и логическим последствиям**

Эффективным способом дисциплинирования ребенка является использование последствий, которые работают, если они происходят естественно и могут быть объяснены ребенку логически. Не выдумывайте последствия для своего удобства, ведь дети умны и могут это выяснить раньше, чем вы это осознаете.

Например, если ребенок потерял игрушку из-за невнимательности или если игрушка сломалась из-за того, что она была оставлена на улице в холодное или жаркое время, не стоит немедленно заменять игрушку. Позвольте ему справиться с горечью от потери игрушки, лучше дать ребенку понять важность ухода за вещами.

Как правило, логическое последствие непосредственно связано с плохим поведением, которое не должно повторяться и которое необходимо исправить.

Например, если ребенок не выполняет домашнее задание, он не может смотреть телевизор или пойти гулять с друзьями. Если он оставит игрушки на улице после игры, ему не разрешат играть с ними в течение недели (или пары дней).

**7. Бережная дисциплина (перенаправление)**

Бережная дисциплина - деликатная техника, которая направляет ребенка от проблем и предоставляет альтернативы. Например, если ребенок хочет играть с дорогим гаджетом, таким как ваш мобильный телефон, аккуратно перенаправьте со словами «Тебе нравится играть с мобильным телефоном? Давай пойдем, поиграем с твоим игрушечным телефоном». Это словесное перенаправление.

Если ребенок идет к опасному объекту или месту, вы можете аккуратно направить его к более безопасному месту через физическое перенаправление. Не дёргать или шлепать, а просто нежное, любящее прикосновение со словесным перенаправлением, такое как: «Это место выглядит лучше для игры».

**8. Тренировка эмоций**

Дети действуют через истерики и другие неприемлемые поведения, такие как: удар, укус или крик, когда они не в состоянии словесно выразить свои эмоции. Этот метод дисциплины фокусируется на обучении ребенка выявлять и выражать свои эмоции словами, а не действовать на их основе. Идея состоит в том, чтобы рассказать детям, что нормально выражать свои эмоции словами.

Когда ребенок начинает кидаться или бить вас, спокойно скажите ему: «Я знаю, что тебя злит, что придётся потратить много времени на домашнюю работу по математике. Как насчет того, чтобы раскрасить несколько картинок и через некоторое время постараться решить имеющиеся задачи по математике?»

**В возрасте от девяти до двенадцати**

Естественные и логические последствия могут быть использованы для воспитания детей этого возраста. Кроме них, вы можете попробовать следующие методы дисциплины.

**9. Причина и следствие: помочь им учиться на своих ошибках**

* Последствия должны быть значимы и соответствовать их возрасту. Например, если ребенок отказывается ложиться спать вовремя, позвольте ему поступить, как он желает. На следующий день, когда он будет чувствовать себя ворчливым, раздражительным и сонным, вы можете объяснить, что он так чувствует себя, потому что предыдущей ночью не лёг спать вовремя.
* Здесь, вы просто используете естественные последствия, чтобы помочь ребёнку учиться на своих ошибках.

**10. Обеспечить альтернативой**

* Когда вы просто говорите «нет», ребенок, как правило, становится упрямым. Никакие логические рассуждения не будут работать, когда ребенок пытается выразить свою независимость с помощью своих действий. Не настаивайте на чем-то одном, придумайте альтернативы и это поможет им сотрудничать с вами.
* Когда вы даете ребенку выбор, у него не будет возможности сказать «нет!». Тем не менее, дайте ребенку только два простых варианта, таких, что всё, что он выбирает, будет правильный выбор.

Например, когда ребенок устраивает истерику в магазине из-за газировки, вы можете сказать: «Я принесу тебе яблочный сок или апельсиновый сок». И теперь ему ясно, что только эти два варианта у него есть. Если он отказывается и скандалит, не теряйте своего спокойствия и непоколебимости. Просто спокойно повторяйте варианты, пока ваш ребенок не сдастся и не выберет один из них.

**В возрасте от тринадцати и старше**

Подростка убедить нелегко. Логические и естественные последствия могут работать в определенной степени и не всегда. Вы можете попробовать использовать эти методы дисциплины.

**11. Обсуждение или мозговой штурм, чтобы придумать решения**

Подростки не любят, когда им говорят, что делать и как себя вести. К ним любят относиться как ко взрослым, хотя и не относятся. Так, когда ваш подросток имеет поведенческую проблему или дисциплинарный вопрос, не давайте им инструкции к действию и не угрожайте им ультиматумами. Не смотрите на них как на проблему.

Сделайте их частью решения, обсуждая с ними проблемы и придумывая решения для проблемы. Таким образом, они будут чувствовать себя более ответственными, и не будут против вашего предложения.

**12. Лишить привилегий**

Когда ваш подросток нарушает правила, одним из последствий может стать потеря привилегий. Например, если ребенок нарушает комендантский час и приходит домой поздно, запрещаются прогулки в течение всей следующей недели. Или вы лишаете его мобильного телефона на определенное время.

Привилегия, которую вы забираете, должна быть связана с плохим поведением, так что ребенок будет думать о последствии перед повторением поведения.

**13. Ведение переговоров**

Другой способ дисциплинировать подростков – это переговоры. Как упоминалось ранее, подростки любят осуществлять свою независимость, делая свой собственный выбор. При возникновении конфликта интересов между вами и вашим ребенком ведите переговоры о заключении соглашения. Когда дети участвуют в достижении соглашения, они с большей вероятностью будут их соблюдать.

Суть в том, что вы не можете дисциплинировать ребенка, если сами не соблюдаете правила. Не важно, сколько вашему ребенку лет – три или шестнадцать, он всегда будет искать у вас вдохновения, идей и поддержку. Для достижения наилучших результатов будьте больше, чем просто хорошим дисциплинированным взрослым. Будьте хорошим примером для подражания своему ребенку, так что они не смогут использовать ваше поведение, в качестве своих ошибок.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!**