**ПРАВИЛА «БЕСКОНФЛИКТНОЙ» ДИСЦИПЛИНЫ**

( Из Книги Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться С Ребенком. Как?» )

Существует несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину

**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. Давши слово - держись.** 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.