**ПРАВИЛА БЕСКОНФЛИКТНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Правило 1.** *Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.*

**Правило 2.** *Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими. Правило предостерегает от воспитания в духе "закручивания гаек" - авторитарного стиля общения.*

В этом поможет образ четырех цветовых зон поведения ребенка: зеленой, желтой, оранжевой и красной.

*Зеленая зона:* всё то, что разрешается делать ребенку ***по его собственному усмотрению или желанию***.

*Желтая зона:* для действий ребенка, в которых ему предоставляется ***относительная свобода***. Ему разрешается действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ.

*Оранжевая зона:* действия ребенка, которые не приветствуются, но ввиду ***особых обстоятельств*** сейчас допускаются.

*Красная  зона:* действия ребенка, неприемлемые ***ни при каких обстоятельствах.*** Это наши категорические "нельзя" (бить, щипать, кусать, играть с огнем, ломать вещи, обижать маленьких).

**Правило 3.** *Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.*

Например, родителям часто досаждает "чрезмерная" активность детей: прыгать, бегать, шумно играть, лазать по деревьям, бросать капни, рисовать на чем попало, все хватать, открывать, разбирать... Всё это и многое другое - проявления естественных и очень важных для развития детей потребностей в движении, познании, упражнении. Исследовать лужи можно, но в резиновых сапогах, разбирать часы можно, но старые, играть в мяч можно, но не в помещении...

**Правило  4.** *Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.*

Плохо когда мама говорит одно, папа другое, а бабушка - третье. Не менее важна и последовательность в соблюдении правил. Стоит помнить, что дети постоянно испытывают наши требования "на прочность" и принимают, как правило, только то, что не поддается расшатыванию.

**Правило 5.** *Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.*

Не стоит отвечать: "Потому, что я так сказал", "Я так велю", "Нельзя и всё!". Нужно пояснить коротко: "Уже поздно", "Это опасно", "Может разбиться...". Объяснение должно быть коротким и повторяться один раз. Если ребенок переспрашивает, это не потому, что он вас не понял, а потому, что ему трудно побороть свое желание. Здесь поможет активное слушание. Приказы усугубят сопротивление ребенка.

**Правило 6.** *Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохо.*

Другими словами, лучше наказывать, двигаясь в направлении от плюса к нулю, чем от нуля к минусу. Для этого нужно иметь запас регулярных больших и маленьких праздников (семейные традиции, которые будут создавать *зону радости*). ***Зона радости - это золотой фонд вашей жизни с ребенком.*** Она одновременно и зона ближайшего развития, и основа вашего с ним доброжелательного общения.

Непослушных детей принято обвинять. На самом же деле в число "трудных" обычно попадают дети не худшие, а особенно **чувствительные и ранимые.** Трудный ребенок нуждается только в помощи - и ни в коем случае не в критике и наказаниях. Причина эмоциональная, а не рациональная и не осознается ни взрослым, ни самим ребенком.

**Такие причины надо знать:**

1. Борьба за внимание (дайте ребенку положительное внимание).

2. Борьба за самоутверждение (уменьшите свой контроль).

3. Желание отомстить (спросите себя, чем же вы обидели его?).

4. Потеря веры в собственный успех (перестаньте требовать, ожидать, предъявлять, не допускайте в его адрес никакой критики!).

**Всякое серьезное нарушение поведения - это сигнал о помощи.** Выяснить истинную причину непослушания и плохого поведения довольно просто: **родителю нужно обратить внимание на собственные чувства.** Переживания родителей - это своеобразное зеркало скрытой эмоциональной проблемы ребенка.

**ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?**

**Постараться не реагировать привычным образом, т.е. так, как ждет от вас ребенок,** чтобы разорвать "порочный круг". Конечно, сделать это не легко, но всё же можно. Если в момент эмоции вам удастся уяснить, что именно вы почувствовали, то нетрудно будет разгадать и проблему вашего ребенка: с чем или против чего он воевал.

Путь предстоит долгий и трудный, он потребует от вас немало терпения. Придется менять себя.

**ЗАПОМНИТЕ!**

Вначале, при первых ваших попытках улучшить взаимоотношения, ребенок **может усилить** свое плохое поведение! Он не сразу поверит в искренность ваших намерений и будет проверять их.

****

**Муниципальное казенное учреждение муниципального образования город Краснодар**

 **Ресурсный центр «Детство»**

 ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

 **ПРАВИЛА БЕСКОНФЛИКТНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

