**Как привить ребенку дисциплину**

**(Памятка приёмному родителю)**

       Постоянно информируйте ребенка и поддерживайте его вовлеченность в события.

         Предотвращайте малейшее непонимание простыми объяснениями.

         Избегайте приказного тона, обращайтесь с детьми уважительно.

         Выполняйте свои обещания.

         Реагируйте на любую ситуацию без проволочек.

        Физические меры воздействия и оскорбления категорически запрещены. Никогда не унижайте детей – никогда!

        Если все-таки необходимо сделать «внушение», сделайте это наедине.

         Обсудите с ребенком его поведение, вызвавшее необходимость «внушения», а потом побудьте вместе и убедитесь, что он правильно все понял.

        Помогайте детям принимать самостоятельные решения в том, как следует поступить в том или ином случае.

        Всегда объясняйте им, почему вы даете им какие-то инструкции.

        Ваша поддержка их действий должна выражаться, прежде всего, в формировании у них чувства безопасности.

         Вы не должны говорить свысока с детьми. Они не уважают людей, чувствующих свое превосходство только потому, что они гораздо старше, у них седые волосы и морщины на лице. Имея дело с детьми, вы должны заработать их уважение.

Развивайте в себе выдержку и не пытайтесь воздействовать на них авторитетными методами. Дайте детям возможность говорить о своих желаниях. А затем объясните им, почему вы не можете их удовлетворить. Главное, что от вас требуется, – это слушать детей.

         Когда вы отдаете распоряжения, вы можете формулировать их следующим образом: «Мне нужна твоя помощь. Пожалуйста, убери свою обувь от двери». Ключевым моментом в данной ситуации является просьба о помощи.

       Сообщайте детям заранее, что они должны подготовиться к какому-то занятию (например, к обеду) через пять минут.

      Предоставляйте детям как можно больше возможности для выбора. Если они обычно не идут к столу обедать, скажите им, что у них есть выбор, когда им прийти: через одну минуту или через две. Если они специально испытывают ваше терпение и провоцируют вас, не соглашайтесь на то, чтобы изменять уже предоставленные возможности. Если же они предлагают альтернативу, что вполне допустимо, тогда на вопрос, могут ли они прийти обедать после того, как уберут игрушки, соглашайтесь.

    Давайте им только одно задание на определенный период времени, чтобы они не были перегружены слишком большим количеством распоряжений.

        Посидите с детьми и вместе обсудите, каковы будут их ответные меры на их плохое поведение. Например, скажите: «У тебя есть привычка разбрасывать игрушки, и я должна перешагивать через них. Что мы будем делать с этим? Может, ты сам поможешь мне решить, что будет, если ты не уберешь свои игрушки?». И в дальнейшем придерживайтесь достигнутого уговора.

      Выделите стул или тихий уголок для «тайм-аутов», куда ребенок будет отправляться в случае наказания. Вы не должны отсылать детей просто в их комнату, где полно игрушек и всяких интересных вещей, с которыми можно поиграть во время наказания.

      Если ребенок расшалился, вы можете попросить его успокоиться на счет «три». Если вы досчитали до трех, а он не прекратил безобразничать, его следует наказать.

        Постарайтесь исключить эмоции, когда призываете своего ребенка к порядку, не читайте ему нотаций и не спорьте с ним. Делайте то, что считаете нужным: «Таня, я не собираюсь спорить с тобой. Бить других людей нехорошо, я хочу, чтобы ты сейчас подумала о своем поведении. Отправляйся сейчас же в тихое кресло». Дети должны твердо знать, что любое действие имеет последствия. Если ребенок кричит или ведет себя плохо, вы должны продлить время наказания. Когда время наказания закончится, не забудьте спросить ребенка, понял ли он, почему был наказан.

        Дети чувствуют себя в большей безопасности, если имеют дело с многократно повторяющимися действиями, они более восприимчивы и лучше реагируют, когда регулярно едят, спят, играют.

       Не забывайте быть последовательным, даже если вы чувствуете, что вам не хватает сил претворять в жизнь ваши планы относительно дисциплины. В противном случае дети поймут, что им совершенно не требуется следовать правилам, потому что эти правила все время меняются.

        Вместо запрета лучше скажите ребенку: «Объясни мне, почему ты хочешь это сделать. Как ты думаешь, что из этого получится? Давай проиграем ситуацию. Как ты думаешь, что случится, если ты поступишь так?». Когда ребенок расскажет вам, что, по его мнению, произойдет, спросите: «Хорошо, что ты будешь делать в таком случае?». И он поведает вам о своих действиях.

По материалам статьи « Трудное поведение приемного ребенка»

*Тухикова С.М.- педагог-психолог отделения семейного*

*устройства и сопровождения замещающих семей*

*ГКУСО РО Мясниковского центра помощи детям*