Консультация для родителей:

**«УСТАНОВЛЕНИЕ ГРАНИЦ ИЛИ КАК ВОСПИТАТЬ ПОСЛУШНОГО РЕБЁНКА»**

**Очень важно хвалить и поощрять детей, бывают времена, когда родителям необходимо контролировать неподобающее поведение и устанавливать** **границы.** **Действительно, в тех семьях, где есть несколько четко сформулированных стандартов или правил поведения, меньше вероятность плохого поведения детей. Последовательное установление границ дает детям чувство надежности и спокойствия*.***

Однако, важно также помнить, что все дети подвергают проверке приказания родителей. Особенно это верно в отношении родителей, которые проявляли ранее непоследовательность и не проводили свои правила в жизнь. Будьте готовы к такой проверке, поскольку, только нарушив правило, ребенок может узнать, работает ли оно на самом деле. Только последовательные последствия плохого поведения научат детей, что от них ждут хорошего поведения. Исследования показывают, что нормальные дети выполняют приказания родителей примерно одну треть времени…. Маленькие дети возражают, кричат, впадают в ярость, когда у них забирают игрушку или запрещают заниматься тем, чем им хочется. Дети школьного возраста также протестуют и возражают, когда не получают желаемой игрушки или любимого занятия. Такое поведение нормально и является здоровым выражением потребностей ребенка в независимости и автономии. Когда такие протесты имеют место, не воспринимайте их как нечто лично против вас направленное,

Не забывайте ваши дети, ваши дети просто испытывают ваши правила, чтобы увидеть, будете ли вы последовательны. Если нет, они, возможно, в следующий раз устроят испытание посильнее. Попробуйте смотреть на протесты у ваших детей как на опыт учения, как на способ исследования границ своего окружения и обучение тому, что приемлемо, а что-нет.

**СОКРАТИТЕ КОЛИЧЕСТВО ПРИКАЗАНИЙ**

Немногие родители отдают себе отчет, какое количество приказаний они фактически отдают детям. Вас удивит, если вы узнаете, что средний родитель отдает 17 приказаний за полчаса! И в семьях, где у детей есть проблемы с поведением, это количество возрастает до 40 за полчаса. Более того, исследования показывают, что у детей родителей, которые отдают огромное количество приказаний, развиваются более серьезные поведенческие проблемы. Таким образом, частые приказания не улучшают поведение ребенка. Поэтому вам очень важно произвести оценку и количества и типа приказаний, которые вы отдаете детям и сократить их до самых необходимых.

Прежде чем приказывать, подумайте, важное это дело или нет, и если у вас желание довести дело до последствий, если дети ослушаются. Здесь может помочь одно упражнение – запишите все важные для вашей семьи правила. Вероятно, обнаружиться, что только 5 или 10 являются «нерушимыми». Их нужно вывесить на холодильнике или в другом видном месте, где они будут на виду у всей семьи. В таком списке могут значиться:

* Телевизор нельзя включать до 7 часов.
* Еду нельзя выносить из кухни
* В доме ничего нельзя швырять
* Не позволять бить других

**Как только вы уточните важные правила, вы обнаружите, что вы не только более четко их формулируете, но что вы способны также сократить другие, необязательные приказания. В результате ваши дети усвоят, что ваши приказания важны, и что от них ожидают послушания.**

**ПОМНИТЕ:**

* Не давайте необязательных приказаний
* Отдавайте одно приказание за раз
* Будьте реалистом в своих ожиданиях и отдавайте подобающих приказания
* Пользуйтесь приказаниями, в которых подробно описано нужное поведение
* Пользуйтесь приказаниями «Перестань!»
* Дайте детям возможность послушаться
* Делайте предупреждения и полезные напоминания
* Не угрожайте детям; пользуйтесь приказаниями «когда – тогда»
* При любой возможности, предоставить ребенку запасной вариант
* Приказания должны быть короткими и существенными
* Поддерживайте приказания вашего партнера
* Хвалите послушание и подберите следствия за непослушание
* Установите равновесие между родительским и детским контролем
* Побуждайте детей решать с вами проблемы

По материалам курса «Невероятные годы»

Автор: Кэролин Уэбстер-Стрэттон