

«На чем держится дисциплина?»

Дисциплина – это то, чему приходится учить каждого ребенка. И для того, чтобы окружающие не сошли с ума от его проделок, и для того, чтобы во взрослой жизни он умел трудолюбиво и усердно добиваться поставленных целей. Это один из тех аспектов воспитания, в которых необходимость найти «золотую середину» оказывается наиболее острой. Ведь как недостаток внимания, так и чрезмерное увлечение дисциплиной ребенка чреваты негативными последствиями. В этой статье мы расскажем вам, что нужно делать, чтобы найти этот важный баланс.

Четкость формулировок – лучший друг дисциплины

Для развития дисциплины у детей очень важно понимать, что те вещи, которые для вас очевидны и понятны, для них таковыми не являются. И это не значит, что они плохие, невоспитанные, невнимательные и так далее – это значит лишь, что они просто еще не усвоили в достаточной мере тот социальный опыт, который сделал бы эти вещи очевидными и для них. Поэтому одна из основных заповедей успешного формирования дисциплины у ребенка – это четкость, точность и конкретность. В практическом плане она выражается в следующих правилах:

- Любые правила необходимо обговаривать уверенно и однозначно, при возможности – объяснять, почему их необходимо соблюдать. «Не надо бросать игрушку на асфальт, потому что она может сломаться», «не надо пить воду из холодильника, потому что ты можешь заболеть», «не надо прыгать в чистой одежде по лужам, потому что она запачкается, и маме придется ее снова стирать» - вполне понятные и четкие правила. В отличие от «не веди себя как свинья», «не позорь меня», «все дети нормальные, а ты портишь все, к чему прикасаешься». Такие слова не просто занижают самооценку ребенка – они еще и оставляют его в недоумении, потому что он не понимает, что именно делает не так.
- Родители, бабушки, дедушки и другие люди, участвующие в воспитании ребенка, должны выработать общую систему взглядов на него. Потому что если один будет требовать от ребенка одного, другой – другого, третий – третьего, то никакой жизнеспособной системы норм, правил и полезных привычек у него не выработается. Все взрослые должны быть последовательны и концептуальны в своем стремлении приучить его к дисциплине.
- Не стоит пугать ребенка угрозами, которые не могут быть исполнены. «Оставайся здесь, а я уйду домой», «я больше никогда не буду покупать тебе одежду», «ты будешь сидеть дома все каникулы» - это слишком жестокие и неадекватные наказания, которые вы, с большой долей вероятности, не исполните (и правильно сделаете). Ребенок это обязательно заметит: то, что вы предъявили определенную угрозу, но повели себя вразрез с ней. Это войдет в диссонанс с его представлением о том, что ваши указания всегда разумны и логичны, и в следующий раз он уже подумает, прежде чем вас послушаться.

Характер родителей очень важен для укрепления характера ребенка

Еще одна группа правил, связанных с необходимостью приучить ребенка к дисциплине, имеет отношение непосредственно к родителям, их стойкости и силе воли. Не надо рассматривать малыша как своего противника, однако и не уважать себя, проявлять слабость и мягкотелость тоже не стоит. Вы должны оставаться верны своим убеждениям, несмотря на его капризы, или все потуги по развитию дисциплины пойдут прахом. Для этого не помешает помнить следующее:

- Исключений из правил быть не должно, или они должны быть минимальными, обоснованными и объясненными. Особенно, если ребенок еще достаточно маленький. С подростками уже можно обговаривать спорные ситуации и возможность где-то, в каких-то условиях немного поступиться своими принципами. Но дети просто сядут вам на шею, если вы будете непоследовательны в своих поступках. Поэтому если вы говорите, что переходить дорогу можно только на зеленый сигнал светофора, то в присутствии ребенка вы ни в коем случае не должны перебежать ее на красный или даже на оранжевый. Если вы утверждаете, что есть всухомятку нельзя, то ребенок не должен увидеть вас на диване с бутербродом в руке.
- За проступком должно следовать наказание. Это значит, что, во-первых, вы не должны ступешиваться или спускать все на тормозах, если ребенок осознанно идет наперекор установленной системе правил. Вы должны принять этот вызов и выдержать его, чего бы это вам ни стоило, или не сможете рассчитывать на авторитет в глазах своего чада. А во-вторых – не стоит игнорировать непослушание просто потому, что вам стало его жалко, или вам лень, или вы устали и вам хочется отдохнуть. Другое дело, что наказание не должно быть чрезмерно суровым, но оно все же должно быть.
- Старайтесь контролировать свои эмоции. Это бывает очень сложно, и порой так хочется просто накричать на ребенка или треснуть его по пятой точке, но делать этого нельзя. Это неконструктивно и не приучит его к дисциплине – более того, заставит сомневаться в ее значимости. Если вы уж очень злы и рассержены, то можете это вербализировать. Лучше скажите ребенку о своем огорчении из-за совершения им какого-то поступка, чем наорите на него и смешайте его душевное равновесие и самооценку с грязью.

Любовь и грамотный подход к делу творят чудеса

Еще несколько правил касательно того, как научить ребенка дисциплине, связаны с любовью родителей и их готовностью/умением грамотно организовать его быт и досуг. Это следующие правила:

- Продумайте вместе с ребенком распорядок его дня и следите за тем, чтобы он ему следовал. Распорядок, конечно же, должен быть удобен, но вместе с тем полезен и эффективен. Когда малыш подрастет, вы также можете научить его планировать дела на несколько дней вперед, делать соответствующие записи в еженедельнике. А с

подростком можно обсуждать и основы финансовой грамотности, включая рациональное распределение денег.

- Учите ребенка дисциплине не ради себя, а ради него. Вы должны всегда помнить, что хотите сделать его более дисциплинированным, чтобы ему было проще и комфортнее во взрослой жизни, чтобы он добивался поставленных целей, был здоров и счастлив. А не для того, чтобы он был удобным для вас.
- Никогда не забывайте про любовь. При всей важности проявлений характера и прохождения проверки детскими капризами родители всегда должны оставаться для ребенка теми, кто любит его, несмотря ни на что, и к кому он всегда может прийти за помощью. Не давайте ему усомниться в этом: ни словом, ни делом. Наказывая за какой-либо проступок, делайте акцент именно на этом проступке, а не на личности ребенка в целом.
- Активно используйте положительное подкрепление. Дети, особенно в дошкольном и младшем школьном возрасте, очень чувствительны к похвале. Поэтому когда они делают что-то хорошо, вы должны это замечать, благодарить и хвалить их. И ни в коем случае не оставлять их успехи и старания, даже самые мелкие, без внимания и поощрения.
- При необходимости утешайте ребенка после того, как он понес наказание. Это чаще всего необходимо маленьким детям: даже вполне щадящее наказание может прилично выбить их из колеи. И если после него ребенок нуждается в успокоении и утешении, то родители должны ему их предоставить. При этом не будет лишним еще раз доступно объяснить, почему наказание имело место быть, и как нужно себя вести, чтобы больше подобное не повторялось.
- Делайте что-нибудь вместе с ребенком, или просите его о помощи. В глубине души все дети, во-первых, любят чувствовать себя нужными и полезными для старших, а во-вторых – способны быстро учиться, когда перед глазами есть живой пример. Поэтому вы вполне можете выполнять какие-то задачи, например, по дому, вместе, и показывать ребенку, как делать их качественно и аккуратно. Чтобы приучить его к порядку и дисциплине, можно позволять ему делать что-то самостоятельно, но лишь то, для чего у него достаточно знаний, умений и навыков.

Итак, привить ребенку дисциплину можно, причем вовсе не обязательно делать это со скандалами и истериками. Конечно, случаи, когда вам придется хорошенько напярять свою нервную систему, неизбежно будут. Но вы можете выходить из них с пользой и для вас, и для ребенка, если будете следовать приведенным выше советам.

