**Беседа «Учимся договариваться»**

**1. Похвала и награда**

Поощрять ребенка можно не только игрушками и вещами, но и такими простыми словами, как «молодец», «умница», «моя гордость». Очень важны для ребенка тактильные ощущения, поэтому обнимайте его как можно чаще. Хорошо работает система, при которой вы награждаете его звездами или иными знаками отличия за какие-либо достижения. Награды можно вешать на холодильник или другое видное место, чтобы ребенок их чаще видел, ведь это отличная мотивация вести себя лучше.

**2. Последовательность**

**Ребенок должен знать, что слово «нельзя» — это закон, это слово - регулятор, который не подлежит обсуждению.** Поэтому ограничения, установленные для детей, должны соблюдать все члены вашей семьи и те люди, которые с ними общаются. Если вашему чаду нельзя пить газированную воду, смотреть телевизор перед сном, пользоваться неумеренно гаджетами, сообщите об этом всем тем, кто заботится о ребенке, и попросите их соблюдать эти правила.

**3. Режим**

Ребенок более уверенно себя чувствует, когда определенные события происходят в одно и то же время. Поэтому взрослые должны сформировать и поддерживать детский режим, благодаря которому ребенок будет знать время, когда ему предстоит заниматься тем или иным делом. Именно режим помогает справиться с такой распространенной проблемой, как нежелание ребенка засыпать или просыпаться вовремя.

**4. Рамки**

Многие родители полагают: ребенок должен сам знать и понимать, что можно, а что нельзя. На самом деле такое поведение является ошибочным, так как маленький член вашей семьи не имеет опыта или знаний, чтобы самостоятельно определить, что такое хорошо и что такое плохо. Поэтому взрослые должны помочь ребенку в этом и объяснить даже такие очевидные, с их точки зрения, вещи, как то, что нельзя драться, обзываться, причинять живым существам вред и т.д..

**5. Дисциплина**

Установление рамок редко обходится без дисциплинарных наказаний. Если ребенок нарушил **установленные вами правила**, он должен знать, каковы будут последствия (НО! О ПРАВИЛАХ НЕОБХОДИМО СНАЧАЛА ДОГОВОРИТЬСЯ!!!). В зависимости от степени нарушения, наказания могут быть разными — от строгого голоса до запрета выходить на улицу или изъятия любимой игрушки. **Тут родители должны понимать, что наказание — это действие, а не угрозы.** Поэтому если ребенок провинился, то следует собрать волю в кулак и предпринять наказательные меры.

**6. Предупреждения**

Предупреждение позволяет ребенку изменить свое решение или поведение, в случае если оно является неправильным. Предупредить ребенка можно двумя способами: добрым и строгим. К добрым предупреждениям относятся фразы типа «поторопись, мы выходим, а ты еще не одет», «через полчаса ужин, время навести порядок». Можно использовать счет до 3-х, или 5. Можно поставить перед ребенком песочные часы.

Бывают и строгие предупреждения, которые следует использовать в тех случаях, когда ребенок ведет себя плохо. Если ребенок проказничает, **ему сначала следует сделать замечание** и, если ситуация не исправилась, — строгое **предупреждение.** Например, «если ты сейчас не перестанешь так себя вести, ты будешь наказан». Если после этого детское поведение не исправилось, только тогда следует применить наказание.

**7. Очевидное и вероятное**

**Ребенок не рождается с пониманием того, что хорошо и что плохо.** Поэтому родителям следует сначала простым языком изложить ему прописные истины. Лучше всего их написать на плакате, который будет находиться перед глазами ребенка. На бумаге может быть написано, что воспитанные дети всегда убирают в своей комнате, помогают пожилым людям, не перечат родителям и т.д..

**8. Самообладание**

Как бы плохо ни вел себя ребенок, вы должны всегда сохранять спокойствие. Не следует кричать или выходить из себя, говорить нужно спокойно и строго. Сохраняя самообладание, вы намного лучше объясните ребенку, что, поскольку он нарушил правила, последует наказание и так будет каждый раз, когда он будет так себя вести.

**9. Ответственность**

У ребенка с малых лет должны быть домашние обязанности, которые нужно усложнять по мере его взросления. При этом не следует давать ему такие задания, у которых изначально мало шансов на успешное выполнение. Пяти-шестилетний мальчик не сможет починить сломанную игрушку, но отлично справится с протиранием пыли. Обязательно подбадривайте ребенка во время того, как он помогает вам по дому, **НО! хвалите после того, как он заканчивает работу.**

**10. Право на отдых**

Всем нам нужен отдых, в том числе и самым маленьким членам вашей семьи. Старайтесь, чтобы у ребенка не был слишком насыщенный график, так как переизбыток факультативов, секций и кружков может сделать ребенка несчастным.

У ребенка должно быть время, когда он сможет делать то, что ему хочется. И: он тоже иногда нуждается в уединении! Обеспечьте ему такую возможность.