**Ефективна… ДИСЦИПЛІНА**

Уміння правильно і ефективно дисциплінувати дитину — це ціле мистецтво, яким повинні оволодіти всі батьки. Дисципліна — не те ж саме, що і покарання. Дисципліна в більшій мірі стосується навчання, а не покарання: ви вчите дитину, в чому різниця між добром і злом, що слід поважати права інших людей, які правила поведінки прийняті в суспільстві. Все це заради того, щоб допомогти дитині вирости коханою, впевненою у собі, навчити її контролювати свої емоції і не засмучуватися через стресові ситуації в повсякденному житті.

**Правило перше.** «У будь-якому віці - дитині рік чи дванадцять, дитина повинна знати, що є певні межі допустимої поведінки, які повинні бути раз і назавжди встановлені дорослими. Увага і повага до дитини не означають вседозволеності.

**Правило друге.** Обмежень, вимог і заборон не повинно бути занадто багато, і вони повинні бути гнучкими.

**Правило третє.** Батьківські вимоги не повинні вступати в явне протиріччя з найважливішими потребами дитини.

**Правило четверте.** Правила (обмеження, вимоги і заборони) повинні бути узгоджені дорослими між собою.

**Правило п’яте**. Не хваліть дитину занадто часто. Ви не повинні постійно хвалити дитину, особливо за виконання яких-небудь звичайних завдань, інакше ваша похвала буде менш ефективною.

**Правило шосте.** Не зосереджуйтесь весь час на негативі, особливо якщо простежуються позитивні тенденції поведінки. Набагато краще сказати: «Мені подобається, що ти склав свій одяг», ніж «Мені подобається, що ти, вперше, нарешті склав свої речі, коли тебе про це не просили».

**Правило сьоме**. Намагайтесь уникати фізичних покарань. Ефективність таких виховних впливів сумнівна: дитина зростає агресивною, з’являється образа на батьків, нервовість.

**Правило восьме**. Розумійте різницю між грошовими винагородами та хабаром. Винагорода дітям дають після виконання чого-небудь, а хабар — до, щоб змусити дитину зробити те, що ви хочете. Не давайте дітям хабара.

**Правило девяте**. Давайте дитині право вибору. Це дозволить їй відчути власну незалежність. Наприклад, запропонуйте вибір: винести сміття або помити посуд.

**Правило десяте**. Після застосування дисциплінарних заходів необхідно пояснити правила поведінки — чого саме ви очікували від дитини, в чому саме вона повелась неправильно і як потрібно поводитися наступного разу. *Психологічна служба школи*