**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад комбинированного вида №30 «Ёлочка»**

**623751, Свердловская область, г. Реж, ул. Строителей, 10**

**тел.: 8 (34364) 3-30-60, e-mail:** **elochka\_30@mail.ru**, **адрес сайта:** [**http://30rezh.tvoysadik.ru**](http://30rezh.tvoysadik.ru/)

 **ИНН 6628009905 КПП 667701001 р/с 03234643657200006200**

**в УРАЛЬСКОМ ГУ Банка России//УФК по Свердловской области г. Екатеринбург БИК 016577551 л/с 33906000160**

Методическая разработка

Тренинг для родителей «Как дисциплинировать ребенка»

В рамках районного просветительско-образовательного форума для родителей «Воспитание со смыслом»

 9 ноября 2024

Педагог-психолог

Минниахметова К.А.

2024

Вводное слово.

как дисциплинировать ребёнка?

как услышать «да» на свои вопросы?

как приучить детей к порядку?

почему наказание не работают?

**Признаки недисциплинированности внешне схожи с детской капризностью и «протестом»:

Непослушание.**
Отказ принимать те нормы поведения, что приняты в семье и обществе.
Конфликтные отношения в школе с учителями и одноклассниками.
Лень, развязность, излишнее упрямство, грубость.
Отсутствие интереса к труду и учебе, отсутствие каких-либо интересов при наличии негативных проявлений недисциплинированности.
Высокая отвлекаемость и интеллектуальная пассивность.

В чем отличие? **Капризность** — явление проходящее. Оно случилось, под воздействием определенных факторов прошло и забылось. Иногда — до следующего всплеска.
**Недисциплинированность** же — «величина» постоянная. Отличается она и от неусидчивости, которая не несет негатива и, скорее, отражает гиперактивность ребенка.

*В чем кроются причины недисциплинированности?*
Слишком любознательный и любопытный ребенок. Свойственно поведение детям 1,5-2-х лет. Слишком много вокруг интересного, слишком много событий и эмоций для ребенка — для дисциплины просто не остается «места». Не до нее.

Проверка родителей на прочность. Дети часто нащупывают слабые места у своих пап и мам, чтобы воздействовать на них более эффективно. Это как раз один из методов.

Ребенку не хватает внимания папы с мамой. Это тоже вполне естественная причина. При недостатке внимания чадо будет добиваться его любыми способами.

Отсутствие мотивации. Ребенку всегда нужна мотивация. Если нет понимания «зачем это нужно», не будет и действий. Каждая просьба родителей должна быть осмысленной и объясненной. Например, не «убери игрушки немедленно», а «чем быстрей ты соберешь игрушки, тем быстрее мама к тебе придет с новой сказкой на ночь».

Количество ваших запретов для ребенка уже зашкаливает. Задумайтесь, не слишком ли много вы требуете от своего чада? Если жизнь превращается в постоянное «не тронь, не ходи, положи на место, помолчи», то даже самый покладистый ребенок запротестует.

Ваши требования расходятся с вашим поведением. «Не мусори!», кричит мама и бросает фантик мимо урны. «Врать — плохо!», говорит папа, постоянно (пусть и вынужденно) обманывающий сына. Будьте примером для чада, и такая проблема «отвалится» сама за ненадобностью.

Ребенок вам не доверяет. То есть, все его усилия по завоеванию вашего доверия напрасны и не приносят результата (мама продолжает ругаться, беспричинные придирки входят в привычку и пр.). С момента, как ребенок осознает тщетность своих попыток, он теряет к ним доверие и начинает именно их (а не себя) считать виноватыми

**Тренинг для родителей «Как дисциплинировать ребенка?»**

**Цель**: создание условий для оптимизации детско – родительских отношений через тренинг - форму взаимодействия в группе.

**Задачи**:

1. Способствовать повышению уровня психолого-педагогической компетенции родителей.

2. Формировать в группе атмосферу взаимной поддержки и позитивного настроения.

3. Обогащать родителей знаниями о культуре воспитания и детской психологии.

***Упражнение 1*.**

«Я хороший родитель». Каждому участнику предлагается в течение 1 минуты рассказать о своих сильных «родительских» сторонах. После каждого выступления остальные участники невербально выражают свою поддержку рассказчику (это может быть рукопожатие, дружеское похлопывание по плечу, одобрительный кивок головой и т.д.).

**Почему мы против подавляющих наказаний.**

***Упражнение 2*.**

«Наказание». На фоне расслабления родителям предлагается вспомнить ситуацию, когда они были наказаны своими родителями. Необходимо получить для себя ответы на следующие вопросы: «Что вы чувствовали тогда?; Каковы были ваши телесные ощущения?; О чем вы тогда думали?; Что вам хотелось сделать?» Обсуждение этого упражнения часто делает из- лишней какую-либо дополнительную информацию о негативных последствиях наказаний.

**Предоставление свободы выбора и логические последствия.**

 Наиболее эффективным методом общения с детьми по мнению специалистов является предоставление им свободы выбора во всех ситуациях, где это объективно возможно, и возможности испытать на себе последствия избранного ими образа действий.

***Упражнение 3*.**

«Дисциплина». Каждый участник кратко описывает на карточке типичную для его семьи ситуацию, когда необходимы какие-либо дисциплинарные меры по отношению к ребенку. Эти карточки перемешиваются, родители распределяются по парам. Каждая пара вытягивает себе карточку с описанием ситуации, которую надо решить с помощью предоставления выбора и логических последствий. Затем происходит групповое обсуждение найденных решений.

**Установление границ дозволенного поведения.**

Предоставление свободы выбора и логические последствия – не единственные методы установления необходимой дисциплины. Предлагаем родителям познакомиться со «ступенчатой системой установления запрета» по методу Х.Джайнотта:

1. Признать, что некое желание вполне может возникнуть у ребенка

( «Я понимаю, что тебе хочется...»).

2. Четко определить запрет на какое-либо действие ( «Но я не могу позволить тебе это делать сейчас, т.к....»).

3. Указать, каким образом ребенок может осуществить свое желание.

4. Помочь ребенку выразить свое законное недовольство («Конечно, тебе это не нравится...»).

 **Рефлексия**

Дисциплина в семье вносит определенное ощущение стабильности и существенно упорядочивает жизнь.

**Психолого-педагогические приемы стабилизации детско-родительских отношений**

Уважение к старшим, которое основано на благодарности.
Традиция посещать на праздники бабушек и дедушек.
Совместная уборка в квартире по пятницам.
Подготовка к новому году всей семьей.
Распределение обязанностей по дому.
Выполнение всех нужных дел сразу, не откладывая их на период отдыха.
Определенный режим дня.

При отсутствии семейной дисциплины ребенок дезориентируется в самых важных вопросах — когда лечь спать, где можно гулять, как общаться со старшими и др. Если родители слишком заняты, то вспомнив о своих обязанностях и наткнувшись на каприз/протест ребенка, просто отмахиваются и пускают все на самотек. Так разрушается основа семейной дисциплины, восстановление которой, как правило — долгий и сложный процесс.
Дисциплина должна быть столь же естественной, как привычка — чистить зубы с утра. И, конечно же, не без личного примера папы и мамы.

Развиваем и пестуем тягу к порядку. Не забываем подкреплять ее своим примером, улыбкой и своевременной похвалой. Приучаем ребенка любить стабильность — посуду на кухне, одежду в шкафу, игрушки в ящиках и пр.

Приучаем к режиму дня. В 8-9 вечера — спать. Перед сном — приятные процедуры: купание, мамина сказка, молоко с печеньем и пр.

Правила поведения в семье: игрушки на местах, мытье рук перед едой, послушание (просьба мамы и папы обязательна к выполнению), ужин исключительно в кухне (не на диване), после ужина — «спасибо» маме, и пр.

Правила поведения вне семьи: уступить место старикам в транспорте, подать руку сестре, выходящей из машины, придержать дверь, когда за тобой кто-то выходит следом, и др.
Как приучить ребенка к дисциплине – инструкция для родителей

Независимо от того, сколько «стукнуло» вашему ребенку, важно придерживаться определенных правил в семье, которые помогут дисциплинировать ваше чадо и упорядочить его жизнь:

Дисциплина не предполагает физических наказаний. Цель вашего воспитания — формирование определенного поведения не на 5 минут, а на длительный период. Поэтому ваша задача — стимулировать интерес ребенка к «сотрудничеству», а не запугивать его.

Логика и последовательность. Прежде чем совершить какое-либо действие или что-либо потребовать, убедитесь, что ваши действия логичны и соответствуют ситуации. Ребенок отказывается обедать? Не торопитесь заставлять, ругаться и требовать. Возможно, вы сами перебили ему аппетит фруктами/мороженым/печеньками, или у ребенка болит животик. Никак не уложить спать? Отмените вечерние сеансы возле ТВ. Но не забудьте поощрить с утра чадо его любимым завтраком.

Четкость выражения своих мыслей и мотивация. Ребенок должен понимать, чем может закончиться определенная ситуация, почему конкретно введен запрет, для чего мама просит ставить сапоги в тумбочку и почему нужно наводить порядок.

Не теряйте контроль. Будьте тверды в воспитании, но никогда не срывайтесь на крик или физическое наказание. Наказание всегда — признак слабости родителей. Чувствуете раздражение? Возьмите тайм-аут, отвлекитесь, займитесь чем-то, что восстановит равновесие.

Не забывайте хвалить чадо за хорошее поведение. Он должен чувствовать, что старается не напрасно. Только не путайте взятку и награду! Награду дает после, а взятку — до.

Оставьте ребенку право выбора. Пусть даже этот выбор будет между «накрыть на стол или убраться в комнате», но он должен быть.

Превращайте дисциплину в игру, а не в службу. Чем больше положительных эмоций, тем сильнее эффект, тем быстрее закрепляется «материал». Например, игрушки можно собирать «на скорость», за порядок в комнате и пятерки в школе вешать награды на личную доску достижений, а за съеденный здоровый обед награждать сладостью.

Будьте на пару шагов впереди ребенка. Вы прекрасно знаете, что в магазине он начнет просить новую игрушку, а в гостях — остаться еще на часик. Будьте к этому готовы. На каждый вариант непослушания у вас уже должно быть решение.

Чего нельзя делать, приучая ребенка к дисциплинированности – ошибки, которых нельзя допускать!

Помните самое важное: дисциплина — не главная цель! Она является только лишь необходимым условием для личностного развития и формирования сознания.

Также она нужна для воспитания в ребенке самоорганизации и достижения собственных целей общекультурными и исторически выверенными способами.

*Поэтому, воспитывая дисциплинированность, учитывайте, что нельзя…*
Постоянно давить на ребенка запретами. Запреты воспитывают запуганного человечка с парализованной волей, а вседозволенность — эгоиста. Ищите золотую середину.

Хвалить чадо по пустякам. Если ваши награды будут раздаваться за каждую мелочь, то они потеряют свою ценность и эффективность.

Сосредотачиваться на негативе. Лучше сказать — «а давай разложим твои игрушки вместе по коробочкам», чем «ну и зачем ты все свалил в одну кучу?».

Наказывать физически. Сразу откажитесь от таких методов, как «в угол», «ремня по попе», и пр.

Предлагать выбор в тех ситуациях, где его быть не должно. Вы можете предложить выбор между «почитать» и «порисовать» перед сном. Или скушать на обед «рыбную котлету или курицу». Или «идем в парк или на спортплощадку?». Но не спрашивайте, хочет ли он принять ванну перед сном или помыть руки после улицы — это обязательные правила, для которых выбор не предполагается.

Сдаваться, если чадо капризничает или бьется в истерике. Это способ добиться своего — игнорируйте такие методы. Берите тайм-ауты, ждите, пока успокоится, и снова настаивайте на своем.

Повторять просьбу. Команда, указание, просьба — даются лишь раз. Ребенок должен знать, что при невыполнении просьбы последуют определенные действия.

Делать за ребенка то, что он в состоянии сделать сам.

Пугать ребенка его проступками и ошибками. Все ошибаются, но это не повод — внушать ребенку, что он — растяпа, тряпка и ни на что не годен.

Запугивать ребенка, требуя объяснений чего-либо. Испуганный ребенок просто побоится сказать правду. Хотите честности — создайте соответствующие условия (доверие и ваша безграничная любовь).

Ну и, конечно, будьте последовательны и непреклонны в своих требованиях и запретах. Если существует запрет, то он не должен нарушаться. Даже, если ну очень хочется, устал, некогда и пр.

Родители учат дисциплине детей, формируя в дальнейшем у них самодисциплину. Таким образом, развивается импульсный и поведенческий контроль, воля.

Только не стоит путать дисциплину и физическое насилие.

 **Существует следующая схема отношений**:

ребёнок до 3-х лет нуждается во взрослом, который нянчит

ребёнок от 3 до 6 лет нуждается в воспитателе

ребёнок от 7 до12 лет-учителя

ребёнок от 12 до 16 лет-наставника.

 Если в схеме происходит путаница, то такая же путаница начнётся и в детско-родительских отношениях.

Количество родителей принявших участие в тренинге – 6 человек.