

## 10 правил дисциплины

1. Развивайте в ребенке уверенность. Это лучший подарок, который вы можете ему преподнести.

2. Избегайте обвинений и покровительственного отношения. Не сравнивайте своего ребенка с другими – это способствует формированию позиции жертвы.

3. Говорите и ведите себя так, как бы вы хотели, чтобы говорил и вел себя ребенок. Будьте для него ролевой моделью. Дети чрезвычайно редко исправляются без ролевой модели.

4. Исполняйте свои намерения, если вы о чем-то договорились с ребенком. После обсуждения с ним ваших планов, убедитесь, что он способен выразить словами то, о чем вы договорились.

5. Избегайте осуждающего отношения.

6. Учите своего ребенка способам выражения сильных чувств, помогая ему овладеть навыками эмоционального контроля.

7. Обращайте особое внимание на принципы ответственного выбора. Помогайте ребенку увидеть, как люди делают хороший или плохой выбор. Помогайте ему понять, что выбор, который мы делаем, потом сильно влияет на всю нашу жизнь.

8. Относитесь к дисциплине как к стратегии обучения, коррекции и роста, а не как к наказанию.

9. Напоминайте ребенку о том, о чем вы договорились.

10. Поощряйте своего ребенка; говорите ему, что он способный и ответственный и что вы не сомневаетесь в том, что он справится!