

## **«Как себя вести в конфликте с ребенком»**

1. *Выясните, в чем состоит причина конфликта.* Для этого можно использовать как уточняющие вопросы (Как получилось, что ....?) или техники активного слушания, которые позволяют понять и назвать чувства другого человека без оценивания (Ты сегодня подрался в школе, так как был сильно зол на Колю). И еще немаловажное условие: выяснение причин должно проходить после того, как Вы овладели своими чувства, без криков и ругани.
2. *Четко сформулируйте, чего вы хотите и чего хочет ваш ребенок.* К примеру: «Я хочу, чтобы посуда была чистой к моему приходу домой. Ты хочешь, чтобы у тебя было достаточно свободного времени для общения с друзьями».
3. *Постарайтесь найти максимальное количество вариантов решения конфликта с учетом интересов всех участников.* Возможно составление письменного списка. Желательно формулировать желаемое поведение в позитивной форме (Не дрался, а спокойно общался с другими учениками; не сбегал с уроков, а присутствовал на всех занятиях). Чем более конкретные меры прописаны, тем больше вероятности, что они будут приняты и выполнены (Вместо уборки в комнате – сложить вещи в шкаф и порядок с книгами на письменном столе).
4. *Совместно дайте оценку всем вариантам и выберите тот, который максимально соответствует интересам всех участников взаимодействия.* Будьте гибкими, если желаете достичь главного – разрешения конфликта.
5. *Договоритесь действовать в соответствии с данным вариантом, старайтесь следовать договоренностям,* желательно с указанием срока договоренности. К примеру, наш договор действует в течение следующей недели. В случае нарушения договоренности не судите строго ни ребенка, ни себя. Возможно, причина в том, что при выборе решения кто – то был не совсем искренним и на самом – то деле предложенный выход из ситуации кого – то не устраивал. Имеет смысл пересмотреть договоренность и вновь прийти к обоюдному согласию.

### **Предупреждение детско-родительских конфликтов.**

Для конструктивного поведения родителей в конфликтах с детьми следует придерживаться следующих **правил:**

Всегда помнить об индивидуальности ребенка.

Учитывать, что каждая новая ситуация требует нового решения.

Стараться понять требования ребенка.

Помнить, что для перемен нужно время.

Противоречия воспринимать как факторы нормального развития.

Проявлять постоянство по отношению к ребенку.

Чаще предлагать выбор из нескольких альтернатив.

Одобрять разные варианты конструктивного поведения.

Совместно искать выход путем перемены в ситуации.

Уменьшать число «нельзя» и увеличивать число «можно».

Ограниченно применять наказания, соблюдая при этом справедливость и необходимость их использования.

Дать ребенку возможность почувствовать неизбежность негативных последствий его проступков.

Расширять диапазон моральных, а не материальных поощрений.

Использовать положительный пример других детей и родителей.

Учитывать легкость переключения внимания у маленьких детей.

Таким образом, **для предупреждения и разрешения детско-родительских конфликтов** можно предложить следующие **рекомендации**:

исключайте столкновения родителей и детей, так как они могут стать основой для разрушения хороших отношений;

делайте все от вас зависящее, чтобы быть добрым к ребенку и в то же время проявлять оправданную твердость;

научите ребенка справляться со своим гневом;

применяйте все способы выражения любви к ребенку: контакт глаз, физический контакт, пристальное внимание и дисциплина;

предупреждайте конфликты при помощи понимания, прощения и способности уступать;

основным методом общения с ребенком должна быть безусловная любовь;

эффективно используйте стили поведения в конфликтной ситуации, учитывая конкретные обстоятельства.