



## Рекомендации родителям «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 составления 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 шкафу 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;
- 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.