

**ТОГБУ «Центр по оказанию психолого-педагогических
услуг «Заворонежский»
Ресурсный центр сегмента 3
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 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.

Помните!

Любую конфликтную ситуацию можно спокойно устранить. Проблемы отношений – это вечная тема, которая требует особого внимания. Чтобы в семье царила гармония, всегда было слышно смех счастья детей и родителей, нужно уметь правильно выходить из сложных семейных ситуаций. А самое главное – любить друг друга не смотря ни на что. У детей никогда не будет других родителей, а у родителей – других детей.