

Не эта ли альтернатива встает перед нами во многих и многих других жизненных ситуациях? И чем старше дети, тем дороже может стать плата за приобретение собственного опыта. Как же поступить правильно?

Универсального ответа здесь, конечно, нет. Но стоит помнить, что, систематически ограждая детей от опасности, мы, может быть, подвергаем их еще большей опасности, потому что лишаем их ответственности за свои поступки. В то же время успешная практика совместного разрешения конфликтов может послужить хорошей школой воспитания в ребенке бдительности и осмотрительности.

*ВОПРОС: А как вести себя, если конфликт разгорелся между детьми?*

*ОТВЕТ:* Хуже всего, если родитель к поднявшемуся крику добавляет свой повышенный голос: «Сейчас же перестаньте!», «Вот я вас сейчас обоих...» Пожалуй, еще хуже, если он берет сторону одного из детей, как правило, им оказывается младший. Это может привести к избалованности младшего и стойкой обиде и ревности старшего.

В большинстве случаев неплохо оставлять разбираться самим детей. Можно послать «Я-сообщение» примерно такого рода: «Мне не нравится, когда в доме поднимается такой крик», «Мне нравится, когда дети разбираются со своими делами сами».

Но бывают случаи, когда родитель втягивается в разрешение детского конфликта в качестве посредника. Тогда конструктивный способ оказывается очень полезным.

*Начать нужно, конечно, с выслушивания каждой из сторон. Очень важно при этом соблюдать следующий принцип: если вы в данный момент слушаете одного ребенка, и он начинает чувствовать, что вы вникаете в его проблему, дайте как-нибудь образом знать другому, что и он будет столь же внимательно выслушан.* Будьте уверены, другой ребенок очень ревниво следит за тоном вашего разговора, а отсутствие выговора, миролюбивые нотки в вашем голосе могут привести его к заключению, что ваши симпатии — на стороне «противника». Поэтому, пытаясь выслушать переживания одного, хорошо взглядом, прикосновениями, кивком головы посылать другому сигналы: «Да, я помню и о тебе тоже, и скоро буду готов внимательно выслушать тебя».

ТОГБУ «Центр по оказанию  
психолого-педагогических  
услуг «Заворонежский»

ОБРАЗОВАНИЕ  
НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ

# Как разрешить

# КОНФЛИКТ?



**Наш адрес: Тамбовская область, Ми-  
чуринский р-н, с. Заворонежское, ул.  
Социалистическая 76  
Тел.: 8(47545) 5-84-14**

Конфликты в семье неизбежны даже при самых хороших отношениях, и что дело вовсе не в том, чтобы их избегать или стараться замять, а в том, чтобы правильно их разрешать. Со временем, присмотревшись к жизни своей и окружающих, я убедилась, что это действительно так.

Конфликтные ситуации подстерегают нас чуть ли не на каждом шагу: и в одних случаях дело кончается открытым спором, в других — невысказанной и затаенной обидой, а бывает, и настоящим «сражением».

Что создает конфликтную ситуацию и приводит к «накалу страстей»? Очевидно, что дело — **в столкновении интересов родителя и ребенка**. Заметим, что в подобных случаях удовлетворение желания одной стороны означает ущемление интересов другой и вызывает сильные отрицательные переживания: раздражение, обиду, гнев.

#### **Что же делать в таких случаях?**

Родители решают эту задачу по-разному. Одни говорят: «Вообще не нужно доводить до конфликтов». По-жалуй, намерение хорошее в принципе. Но, к сожалению, никто не застрахован от того, что желания наши и нашего ребенка однажды разойдутся. Когда же начинаются противоречия, одни родители не видят никакого другого выхода, как настоять на своем, другие же, напротив, считают, что лучше уступить, сохраняя мир.

**Так появляются два неконструктивных способа разрешения конфликтов**, которые известны под общим названием «Выигрывает только один».

**Первый неконструктивный способ разрешения конфликтов: «Выигрывает родитель».** Родители, склонные использовать первый способ, считают, что побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо. «Дашь ему волю, так он «на шею сядет», «будет делать, что хочет».

Сами того не замечая, они показывают детям сомнительный пример поведения «всегда добивайся того, что ты хочешь, не считаясь с желаниями другого». А дети очень чувствительны к манерам родителей и с раннего детства им подражают. Есть и другой вариант этого способа мягко, но настойчиво требовать от ребенка выполнения своего желания.

*Что же тогда происходит?* Родители оказываются перед драматическим выбором между заслуженным авторитетом и авторитарностью.

Путь авторитарности — абсолютно тупиковый. Власть, рассчитанная на беспрекословное подчинение или страх наказания, перестает действовать.

Ребенок рано или поздно вступает в борьбу за самостоятельность, за право реализовать свои потребности и цели, и делает это со всей энергией своих юных сил. Дело порой доходит до открытой войны. И самое опасное на этом пути — ощущение невозможности повернуть назад. На наш взгляд, выбор один — понять, что путь насилия над ребенком безнадежен и рано или поздно приведет к разрыву отношений. Взрослый теряет авторитет, если начинает полагаться на запреты, давление и приказ.

*Он сохраняет авторитет, если остается образцом силы и опытности, но не силы приказа, а духовной, личностной силы, и той опытности, которая состоит не в механическом запасе знаний, а в мудром поведении.*

**ВОПРОС:** Как быть, если не удастся найти устраивающее всех решение?

**ОТВЕТ:** Опасение не найти приемлемое для всех решение, как правило, не подтверждается. Правда, это опасение естественно возникает, если наблюдать со стороны, как «коса находит на камень». Но в том то все и дело, что наш метод предполагает заинтересованность обеих сторон в совместном решении. В этом случае пробуждаются изобретательность и готовность идти навстречу друг другу.

**ВОПРОС:** Как быть, если ребенку грозит опасность, а он настаивает на своем, что и здесь нужно искать совместное решение?

**ОТВЕТ:** Если от экстренности ваших действий зависит жизнь ребенка, то, конечно, нужно действовать энергично, не допуская возражений. Однако приказ и запрет как главные методы предотвращения любой опасности, не до конца осознаваемой ребенком, не годятся.

Часто разгорается спор вокруг такого вопроса: нужно ли позволять малышу дотронуться до горящей свечи, если он не слушает слово «нельзя» и продолжает тянуться к огню? Одни родители считают, что они должны настоять на запрете, другие же — что следует дать ребенку слегка обжечься, если уж он так настаивает.

Пятый шаг: **выполнение решения, проверка.**

Возьмем такой пример: семья решила разгрузить маму, поделить домашние дела более равномерно. Пройдя все этапы, пришли к определенному решению. Его хорошо бы записать на листочке и повесить на стену (см. шаг четыре).

Предположим, на старшего сына пришлись такие обязанности: выносить мусор, мыть по вечерам посуду, покупать хлеб и отводить младшего брата в сад. Если раньше мальчик не делал всего этого регулярно, то на первых порах возможны срывы.

Не стоит пенять ему при каждой неудаче.

Лучше подождать несколько дней. В удобный момент, когда есть время у него и у вас и никто не раздражен, можно спросить: «Ну как у тебя идут дела? Получается ли?».

Лучше, если о неудачах скажет сам ребенок. Возможно, их будет слишком много. Тогда стоит уточнить, в чем, по его мнению, причина. Может быть, что-то не учли, или нужна какая-то помощь; или он предпочел бы другое, «более ответственное» поручение.

**Этот способ никого не оставляет с чувством проигрыша. Напротив, он приглашает к сотрудничеству с самого начала, и в конечном итоге выигрывают все.**

**ВОПРОС:** Как начать применять конструктивный способ, если никогда ничего подобного в семье не делали?

**ОТВЕТ:** Начать лучше всего с общего разговора в семье. Это хорошо делать, собравшись вместе в спокойной обстановке. Объясните ребятам, что есть хороший способ «договориться», расскажите, как это делать и пригласите попробовать. От взрослых же здесь требуется действительное желание выслушивать ребенка.

**ВОПРОС:** Не страдает ли родительский авторитет?

**ОТВЕТ:** Давайте обсудим различия между двумя понятиями: авторитет и авторитарность. Авторитарным называют человека, который стремится к власти и, пользуясь силой, добивается от других подчинения. Авторитетен тот, чье влияние на поступки других основано на признании и уважении его мнения, его личных качеств: компетентности, справедливости и т. п. Наступает критический момент, когда авторитет родителей перестает держаться на преимуществах возраста.

Часто это сопровождается объяснениями, с которыми ребенок в конце концов соглашается. Однако если такой нажим — постоянная тактика родителей, с помощью которой они всегда добиваются своего, то ребенок усваивает другое правило: «Мои личные интересы (желания, потребности) не в счет, все равно придется делать то, что хотят или требуют родители».

**Второй неконструктивный способ разрешения конфликтов: «Выигрывает только ребенок».** По этому пути идут родители, которые либо боятся конфликтов («мир любой ценой»), либо готовы постоянно жертвовать собой «ради блага ребенка», либо и то и другое.

В этих случаях дети растут эгоистами, не приученными к порядку, не умеющими себя организовать. Все это может быть и не так заметно в пределах семейной «всеобщей уступчивости», но едва они выходят за двери дома и включаются в какое-то общее дело, как начинают испытывать большие трудности. В школе, на работе, в любой компании им уже никто не хочет потакать. Со своими завышенными требованиями к окружающим и неспособностью идти навстречу другим они остаются в одиночестве, часто встречаются насмешки и даже отвержение.

Таким образом, неправильно разрешаемые семейные конфликты, большие и маленькие, неизбежно дают «эффект накопления». А под его влиянием формируются черты характера, которые потом оборачиваются судьбой детей и родителей. Поэтому очень важно внимательно относиться к каждому столкновению интересов между вами и вашим ребенком.

**Каков же путь благополучного выхода из конфликта?**

Оказывается, можно вести дело так, что ни одна сторона не проиграет, больше того, можно сказать, что обе стороны окажутся в выигрыше. Рассмотрим этот способ более подробно.

**Конструктивный способ разрешения конфликтов: «Выигрывают обе стороны: и родитель, и ребенок».**

Этот способ основывается на двух навыках общения: активном слушании и «Я-сообщении». Сначала убедитесь, что вам удастся успешно послушать ребенка и сообщить ему о своих чувствах в более простых, бесконфликтных ситуациях, и только потом переходите к более сложным случаям.

Сам метод предполагает несколько последовательных шагов или этапов.

1. **Прояснение конфликтной ситуации.**
2. **Сбор предложений.**
3. **Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.**
4. **Детализация решения.**
5. **Выполнение решения, проверка.**

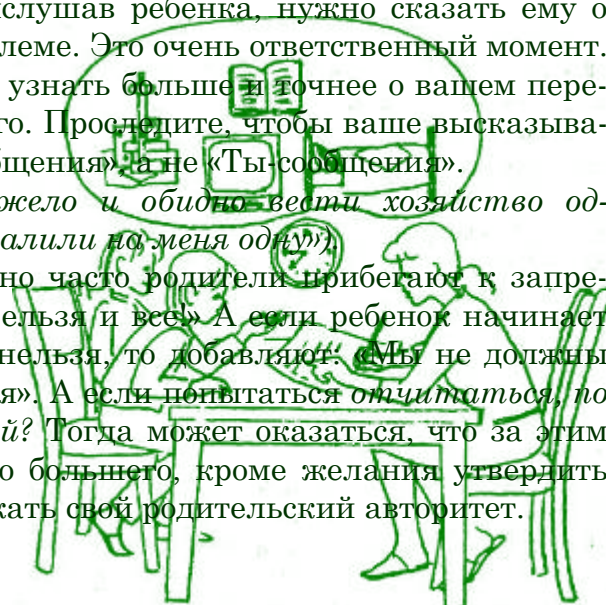
*Итак, первый шаг: **прояснение конфликтной ситуации.***

Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема, а именно: что он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет и т.д.

Делает он это в стиле активного слушания, то есть обязательно озвучивает желание, потребность или затруднение ребенка. После этого он говорит о своем желании или проблеме, используя форму «Я-сообщения». Часто, едва взрослый начинает активно слушать ребенка, острота назревающего конфликта спадает. То, что вначале казалось «простым упрямством», начинает восприниматься родителем как проблема, заслуживающая внимания. Тогда возникает готовность пойти навстречу ребенку. Как вы помните, выслушав ребенка, нужно сказать ему о своем желании или проблеме. Это очень ответственный момент. Ребенку не менее важно узнать больше и точнее о вашем переживании, чем вам — о его. Проследите, чтобы ваше высказывание имело форму «Я-сообщения», а не «Ты-сообщения».

*Например: «Мне тяжело и обидно вести хозяйство одной» (вместо «Вы все взвалили на меня одну»).*

К сожалению, довольно часто родители прибегают к запретам, не задумываясь: «Нельзя и все!» А если ребенок начинает интересоваться, почему нельзя, то добавляю: «Мы не должны перед тобой отчитываться». А если попытаться отчитаться, по крайней мере перед собой? Тогда может оказаться, что за этим «нельзя» не стоит ничего большего, кроме желания утвердить свою власть или поддержать свой родительский авторитет.



*Второй шаг: **сбор предложений.***

Этот этап начинается с вопроса «Как же нам быть?», «Что же нам придумать?» или «Как нам поступить?». После этого надо обязательно подождать, дать возможность ребенку первому предложить решение (или решения), и только за тем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее с вашей точки зрения, предложение, не отвергается с места. Сначала предложения просто набираются «в корзинку». Если предложений много, их можно записать на листе бумаги.

Когда сбор предложений окончен, *делают следующий шаг.*

*Третий шаг: **оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.***

На этом этапе проходит совместное обсуждение предложений. «Стороны» к этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения.

*Если в выборе лучшего решения участвует несколько человек — как было и в этом случае — то лучшим считается то, которое принимается единодушно.*

Иногда не важно насколько принятое решение было правильным с воспитательной точки зрения. Гораздо важнее обратить внимание на процесс, который вел к этому решению, выделить в нем несколько положительных моментов.

*Во-первых,* каждый участник оказался выслушан. *Во-вторых,* каждый вник в положение другого. *В-третьих,* между «сторонами» не возникло ни раздражения, ни обиды, напротив, сохранилась атмосфера дружеских отношений. *В-четвертых,* ребенку представилась возможность осознать свои истинные желания. *Наконец, последнее:* ребенок получил прекрасный урок, как вместе решать «трудные» вопросы.

*Четвертый шаг: **детализация принятого решения.***

Предположим, в семье решили, что сын уже большой, и ему пора самостоятельно вставать, завтракать и выходить в школу. Это освободит маму от ранних хлопот и даст ей возможность высыпаться. Однако одного решения мало. Надо научить ребенка пользоваться будильником, показать, где какая еда лежит, как разогревать завтрак и т.д.