

Советы для родителей

Как разрешать конфликты

Уважаемые родители! Конфликтная ситуация может коренным образом изменить вашу жизнь! Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!

1. Прежде чем вы вступите в конфликт, подумайте над тем, какой результат от этого вы хотите получить.
2. Утвердитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы подростка.
4. Соблюдайте этику пове-

дения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.

5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Постарайтесь услышать доводы своего ребенка.
7. Будьте справедливы и честны в конфликте.
9. Умейте вовремя остановиться!

Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее:

Всегда помните об индивидуальности ребенка.

Учитывайте, что каждая новая ситуация требует нового решения.

Старайтесь понять требования ребенка.

Помните, что для перемен нужно время.

Противоречия воспринимать как факторы нормального развития.

Проявляйте постоянно по отношению к ребенку.

Чаще предлагайте выбор из нескольких альтернатив.

Одобрите разные варианты конструктивного поведения.

Совместно ищите вы-



Предупреждение детско-родительских конфликтов

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

ход путем перемены в ситуации.

Уменьшайте число

«нельзя» и увеличивайте число «можно».

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

Дайте ребенку возможность почувствовать неизбежность негативных последствий его проступков.

Расширяйте диапазон моральных, а не материальных поощрений.

Используйте положительный пример других детей и родителей.

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 оправдан-

Как себя вести в конфликте с ребенком

ную 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 уступить;

основным методом общения с ребенком должна быть безусловная любовь;

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

Разрешение конфликта:

1. Выясните, в чем состоит



причина конфликта. Для этого можно использовать как уточняющие вопросы (Как получилось, что?) (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(Выполнены домашние задания).

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 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 – разреше-

ния 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.

Это важно помнить:

- Избегайте высказываний, которые унижают или обвиняют ребенка (напр. "ты опять не убрал комнату, сколько раз можно тебе напоминать").

- Пригласите ребенка к сотрудничеству - скажите, что Вы хотите совместно найти решение, которое бу-

дет удовлетворительным для обеих сторон.

- Необходимо понять ребенка, его чувства и потребности, чтобы он мог понять себя.

- Понимание заключается в общении и в том, что бы уметь слушать. Часто мы поддаемся искушению, что-

бы не допустить других высказаться, привести аргументы, защищая нашу точку зрения. Понять второе лицо совсем не значит разделить его точку зрения. Это к тому, чтобы не смешивать понятия, которое закрывает дорогу к поиску новых решений. Учитесь понимать своего ребенка!