

Для успешного разрешения конфликта помните...

Конфликты – нормальное явление в жизни каждого человека. Окружающий мир состоит из конфликтов, как положительных, так и отрицательных. Конфликты – есть способ достижения истины, более того, при нормальном развитии ребенка в период его возрастных кризисов конфликты – обязательное явление и разрешение их полностью зависит от взрослого, так как именно взрослый играет активную роль в детско-родительских отношениях. Потому Вам, как родителю, при столкновении с конфликтом следует помнить:

- ✓ Не впадайте в панику. Именно от Вашего спокойствия зависит разрешение недопонимания.
- ✓ Разговаривайте спокойно, не увеличивая голоса.
- ✓ При конфликте акцентируйте внимание на поведении ребенка, а не на его личности (избегайте оценочного суждения и оскорблений).
- ✓ Пытайтесь понять ребенка, примите факт того, что чувства ребенка были затронуты, но не забывайте и о своих переживаниях.
- ✓ Соблюдайте зрительный контакт; используйте мягкую жестикуляцию.
- ✓ Внимательно слушайте и побуждайте ребенка к пояснению его поведения и реакций.
- ✓ Используйте нижеприведенные техники общения.

Я – сообщение!

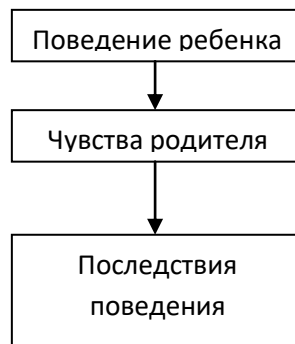
Суть техники общения «Я – сообщение» в том, что акцентирование внимания идет на чувствах отправителя сообщения, а не на личности или поведении получателя.

Противоположной неэффективной техникой является «Ты – сообщение», к которой часто прибегают родители. Примеры:

Я – сообщение: Когда в доме громко играет музыка, Я чувствую себя плохо, потому что у меня болит голова.

Ты – сообщение: Твоя музыка мне мешает!

«Я – сообщение» реализуется в несколько этапов:



Примерные слова, используемые на каждом из этапов:

1. *Когда происходит то и то...*
2. *Я чувствую...*
3. *Потому что...*

Важно! Сообщение должно фокусироваться на переживаниях взрослого, и не содержать обвинения личностного характера.

Как действовать, если произошел конфликт?

Для разрешения конфликта взрослому следует сохранять спокойствие и рационально оценивать ситуацию, выполняя каждый из следующих действий совместно с ребенком:

1. Определить истинную причину конфликта;
2. Найти противоречия конфликта, которые не дают его решить;
3. Провести поиск вариантов разрешения конфликта;
4. Оценить варианты совместно;
5. Выбрать вариант и наметить, когда будет возможно провести оценку результата выбранного варианта.

Помните несколько важных правил поведения во время конфликта:

Не обвиняйте!

Избегайте криков!

Интересуйтесь мнением!

Конфликты в жизни ребенка являются обязательной ее частью.

Стремление защитить своего ребенка похвально, но важно помнить, что самостоятельность не появляется у ребенка автоматически.

Запомните! Проблемы и конфликты ребенка не всегда ваши! Не забывайте предоставлять ребенку возможность проявлять самостоятельность в разрешении трудностей, так как это один из основополагающих навыков в жизни каждого человека!

Психолого-педагогические
рекомендации при разрешении
конфликта детско-родительских
отношений