

ШКОЛЬНАЯ СЛУЖБА МЕДИАЦИИ

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И РЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ»

Уважаемые родители!

Наши дети учатся общаться и конфликт – это одна из форм общения, которую необходимо пройти. Мы не сможем ограничить детей от споров и конфликтов, иначе они сами никогда не научатся выходить из сложной или конфликтной ситуации. Наша задача – научиться самим и научить наших детей мудро разрешать конфликты.

Любая конфликтная ситуация может коренным образом изменить жизнь человека. И нужно постараться, чтобы эти изменения были в лучшую сторону.

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 чувствами, 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 конкретны 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 помните об индивидуальности ребенка.
- Учитывайте, что каждая новая ситуация требует нового решения.
- Старайтесь понять требования ребенка.

- Помните, что для перемен нужно время.
- Противоречия воспринимайте как факторы нормального развития.
- Проявляйте постоянство по отношению к ребенку.
- Чаще предлагайте выбор из нескольких альтернатив.
- Одобряйте разные варианты конструктивного поведения.
- Совместно ищите выход путем перемены в ситуации.
- Уменьшайте число «нельзя» и увеличивайте число «можно».
- Ограниченно применяйте наказания, соблюдая при этом справедливость и необходимость их использования.
- Давайте ребенку возможность почувствовать неизбежность негативных последствий его проступков.
- Расширяйте диапазон моральных, а не материальных поощрений.
- Используйте положительный пример других детей и родителей.
- Учитывайте легкость переключения внимания у маленьких детей.
- 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.

Стили поведения, которых должен придерживаться взрослый, наблюдающий ситуацию ссоры между детьми

Правило 1. Не всегда следует вмешиваться в ссоры между детьми. Ведь как в любой другой деятельности, можно научиться решать конфликты только путем участия в них. Не мешайте детям получать такой жизненно важный опыт. Однако бывают ситуации, когда невмешательство взрослого может привести к серьезным проблемам для физического или эмоционального благополучия детей. Так, если один из ссорящихся значительно младше или слабее другого участника конфликта и при этом они весьма близки к выяснению отношений кулаками, то нужно остановить их и постараться перевести ссору опять в "речевое" русло. То же относится к ситуации взаимодействия двоих ребят, один из которых традиционно оказывается побежденным в споре и вынужден все время уступать. В этом случае, если вы не вмешаетесь в течение спора, то у одного из детей может развиться робость и неуверенность в своих силах и даже в своих правах.

Правило 2. Вмешиваясь в детский конфликт, никогда не занимайте сразу позицию одного из ребят, даже если вам кажется очевидным, кто здесь прав, а кто виноват. Ведь для ребенка, ведущего себя неправильно, это совсем не так просто. Поэтому ваш скорый суд он воспримет как несправедливость и пристрастность, а значит, не станет продолжать общение, в котором вы выступаете арбитром. Постарайтесь объективно разобраться в причинах конфликта и его течении, тем более что обычно взрослые видят лишь часть "айсберга", а эта надводная часть далеко не всегда позволяет судить об истинных проблемах и вкладе детей в конфликт.

Правило 3. Разбирая конкретную ситуацию ссоры, не стремитесь выступать верховным судьей, определяя правых и виноватых и выбирая меру наказания. Лучше не делать из личных конфликтов аналог юридического разбирательства. Попробуйте приучить детей к

мысли, что, кто бы ни начал ссору, ответственность за дальнейшее развитие событий несут всегда двое. Поэтому, вмешиваясь в общение детей, старайтесь показать им, как можно найти способ выхода из трудной ситуации, который устроил бы их обоих. Делайте акцент не на "кто виноват?", а на "что делать?". Направить в это русло внимание поссорившихся и жаждущих отмщения ребят часто помогает чувство юмора. Если вы пошутите и покажете ситуацию в забавном свете, то сразу заметите, как вместе со смехом у детей постепенно меняется их эмоциональное состояние.

Правило 4. Помогая детям выйти из конфликта и освободиться от накопившейся обиды и злости, следите за тем, чтобы они не переходили на личности. Говоря о том, что их огорчило или возмутило, они должны описывать именно действия и слова партнера, а не его физические или личностные недостатки. То есть допустимо, когда ребенок жалуется на то, что другой наступил ему на ногу или грубо ответил, но старайтесь не допускать выражений типа: "Да он медведь косолапый!" или "Он всегда такой нервный и грубиян!".

Правило 5. Если вы стараетесь помочь урегулировать конфликт между двумя своими собственными детьми, то приложите усилия, чтобы у ребят не возникло ощущения, что одного из них (кто оказался не виноват или чья вина меньше) вы любите больше. Не забудьте вслух объяснить своим детям, что вы очень любите их обоих, что бы они ни сделали, и поэтому их ссоры очень вас огорчают. Даже когда вы считаете нужным наказать одного из ребят, все равно напомните ему, что вам это неприятно, вы его очень любите и надеетесь, что он поймет пользу наказания и исправится. Также позаботьтесь о том, чтобы у вашего единственного сына или дочери не возникало сомнений в крепости родственных отношений, если решаете конфликт между вашим ребенком и его приятелем.