

Сам метод предполагает несколько последовательных шагов или этапов:

Прояснение конфликтной ситуации.

Сбор предложений.

Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.

Детализация решения.

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**. После этого он говорит о своем желании или проблеме, используя форму «**Я - сообщения**».

Начинать надо именно с выслушивания ребенка. После того, как он убедится, что вы слышите его проблему, он с гораздо большей готовностью услышит и вашу, а также примет участие в поисках совместного решения.

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, и только затем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее, с вашей точки зрения, предложение, не отвергается с места.

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 взаимоуважения.

Если в выборе лучшего решения участвует несколько человек – то лучшим считается то, которое принимается единодушно.

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 выспаться.

Однако одного решения мало. Надо научить ребенка пользоваться будильником, показать, где какая еда лежит, как разогревать завтрак и т.д.

Пятый шаг: выполнение решения; проверка.

Возьмем такой пример: семья решила разгрузить маму, поделить домашние дела более равномерно. Пройдя все этапы, пришли к определенному решению.

Предложим, на старшего сына пришлось 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.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ - Д/С «ЗВЕЗДОЧКА» Р.П.
СТЕПНОЕ

«Как разрешить конфликт с ребенком?»»



Конфликты в семье неизбежны даже при самых хороших отношениях, и дело не в том, чтобы их избегать или стараться замять, а в том, чтобы правильно их **разрешать**.

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». В наше время написано уже много книг о том, как конструктивно разрешать конфликты. Сегодня мы и займемся этой «наукой».

Для начала посмотрим, **как** и **почему** возникают конфликты между родителями и детьми.

Возьмем один из типичных примеров: семья располагается вечером у телевизора, но смотреть каждый хочет свое. Например, сын - заядлый болельщик, и он рассчитывает посмотреть трансляцию футбольного матча. Мама настроена на очередную серию зарубежного фильма. Разгорается спор: мама никак не может пропустить серию, она «весь день ее ждала»; сын никак не может отказаться от матча: «он ждал его еще дольше!»

Другой пример.

Мама торопится закончить приготовления к приему гостей. Неожиданно обнаруживается, что в доме нет хлеба. Она просит дочь сходить в магазин. Но у той скоро начало спортивной секции, и она не хочет опаздывать. Мама просит «войти в ее положение», дочка делает тоже. Одна настаивает, другая не уступает. Страсти накаляются...

Что общего в этих историях? Что создает конфликтную ситуацию и приводит к «накалу страстей»?

Очевидно, что дело – в **столкновении интересов** родителя и ребенка.

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». Но никто не застрахован от того, что желания наши и нашего ребенка однажды разойдутся.

Когда же начинаются противоречия, иногда мы не видим никакого другого выхода, как **настоять на своем**, иногда, напротив, считаем, что лучше **уступить**, сохраняя мир.

Так появляются два неконструктивных способа разрешения конфликтов, которые известны под общим названием «Выигрывает только один». Посмотрим, как это случается в жизни.

Первый неконструктивный способ разрешения конфликтов: «**Выигрывает родитель**».

К примеру, в случае конфликта у телевизора мама может в раздражении сказать: «Ничего, подождешь со своим футболом. Попробуй только переключить еще раз!»

А во второй ситуации с хлебом слова мамы могут звучать так:

«А все-таки ты пойдешь и купишь хлеб! И никуда твоя секция не денется. Что это такое, никогда тебя не допросишься?!»

Что на это отвечают дети? Напомним, что они эмоционально заряжены, а во фразах мамы звучат приказы, обвинения, угрозы.

«Это твое кино дурацкое!»

«Нет, не пойду! Не пойду - и все, и ничего ты мне не сделаешь!»



Родители, склонные использовать 1-ый способ, считают, что побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо.

Сами того, не замечая, они показывают детям сомнительный пример поведения: «всегда добивайся того, что ты хочешь, не считаясь с желаниями другого».

В некоторых семьях это продолжается годами, и дети постоянно оказываются побежденными. Как правило, они растут либо агрессивными, либо чрезмерно пассивными. Но в обоих случаях у них накапливаются озлобление и обида, их отношения с родителями нельзя назвать близкими и доверительными.

Второй неконструктивный способ разрешения конфликтов: «**Выигрывает только ребенок**».

По этому пути идут родители, которые либо боятся конфликтов, 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. В семье это может быть не так заметно, но стоит им выйти за двери дома, как они начинают испытывать трудности - им уже никто не хочет потакать. Они остаются в одиночестве, часто встречают насмешки и даже отвержение.

Каков же путь благополучного выхода из конфликта? Можно вести дело так, что ни одна сторона не проигрывает.

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

Этот способ основывается на двух навыках общения: активном слушании и «Я - сообщении». Активно слушать ребенка - значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувства.