

**Конфликты
между родителями и детьми.
Пути их разрешения**



Подготовила кризисный психолог Дмитриева Г.Н.



Назовите Ваши ассоциации к слову **КОНФЛИКТ**

Если конфликт – **мебель**, то какая?

Если конфликт – **посуда**, то какая?

Если конфликт – **одежда**,
то какая?

Если конфликт – **явление
природы**, то какое?



Конфликт (лат. conflictus - столкнувшийся) – столкновение, серьезные разногласия, во время которых человека обуревают негативные чувства и переживания .



Семейный конфликт - это противоборство между членами семьи на основе столкновения противоположно направленных мотивов и взглядов.

В семьях, где **нарушены эмоциональные привязанности** между родителями и детьми, часто возникает **КОНФЛИКТ**.





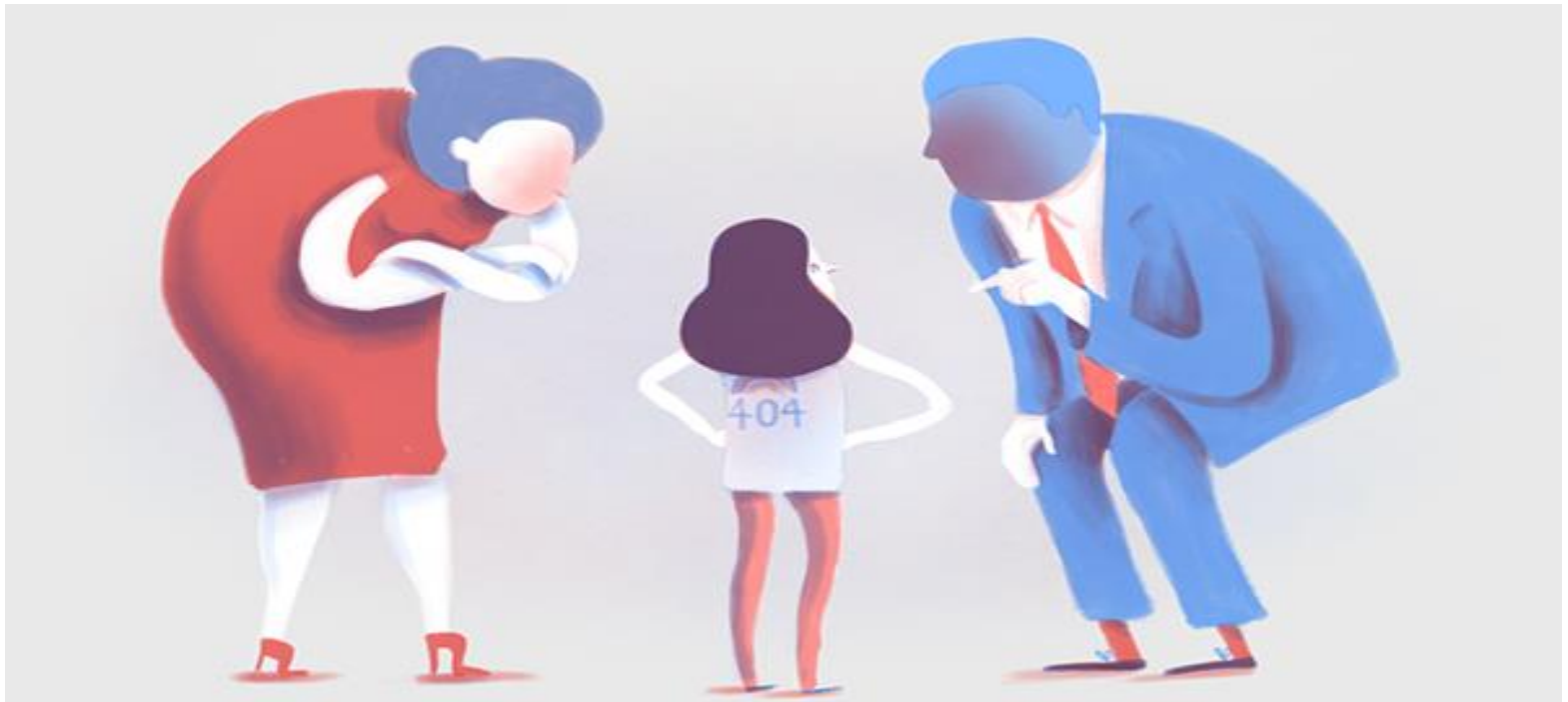
Самодиагностика на определения уровня конфликтности





Виды конфликтов между родителями и детьми

- «громкие и быстрые»
- «тихие, но затяжные»





Типология ссор с участием детей:

- Ссора, когда ребенок становится свидетелем конфликта;
- Ссора, когда родители выпускают весь гнев на вмешавшегося ребенка;
- Ссора, когда ребенок становится орудием, с помощью которого родители манипулируют друг другом.



Что может спровоцировать конфликт взрослого и ребенка

- **Возрастные особенности:**
 - ✓ Кризис первого года (переход от младенчества к раннему детству);
 - ✓ Кризис «трёх лет» (переход от раннего детства к дошкольному);
 - ✓ Кризис 6-7 лет (переход от дошкольного к младшему школьному);
 - ✓ Кризис полового созревания (переход от младшего к подростковому возрасту 10-14 лет);
 - ✓ Подростковый кризис 15-17 лет.
- **Собственные проблемы родителей** (как правило родители повторяют трагичный опыт собственного детства, когда они были точно такими же беспомощными жертвами унижений со стороны старших);
- **Отсутствие у детей и многих взрослых культуры чувств.** Неумение контролировать эмоции, приводящие к тому, что собственное недовольство жизнью выплескивается на ближних;
- **Отсутствие у родителей теплых, душевных чувств по отношению к ребенку.** Ребенок может невольно, подсознательно провоцировать родительское недовольство. Это и неосознанный детский протест, и наивный способ привлечения к себе внимания.



Назовите качества и умения, необходимые для успешного разрешения конфликтов:

- Умение слушать и, главное, слышать другого...



«Шесть шагов беспригрышного метода решения конфликтов с детьми» (по Томасу Гордону)

1 шаг. **Распознавание и определение конфликта**

Цель: Вовлечь ребенка в процесс решения проблемы.

Действия родителей: Четко и немногословно сообщить ребенку, что имеется проблема, которая нуждается в решении. Дать понять, что сотрудничество ребенка необходимо.

1. Выберите время, когда ребенок не занят, чтобы он не сопротивлялся тому, что его перебивают или откладывают его дела.
 2. Скажите ему ясно и убедительно, что есть проблема, которая должна быть решена. Не нужно употреблять неэффективные решения типа «Не хочешь ли ты решить эту проблему?».
 3. Скажите ребенку ясно, твердо и так сильно, как вы чувствуете и совершенно точно, ЧТО вы чувствуете, какие ваши потребности не удовлетворены или что беспокоит вас («Я-сообщения»).
 4. Избегайте сообщений, которые принижают или порицают ребенка («Ты неряшлив», «Ты не осторожен с моей машиной»).
 5. Дайте ясно понять, что вы хотите, чтобы дети присоединились к вам в поиске решения, приемлемого для обоих, где никто не проигрывает, и где потребности сторон будут удовлетворены.
- Весьма важно, чтобы дети поверили в Вашу искренность в том, что Вы хотите найти беспригрышное решение.



2 шаг. **Выработка возможных альтернативных решений**

Цель: Собрать как можно больше вариантов решения.

Действия родителей: Узнать решения детей (свои можно добавить позже) не оценивая и не принижая предложенные решения. Настаивать на выдвигении как можно большего числа альтернатив

Что здесь может помочь:

1. Постарайтесь сначала получить решения от ребенка – свое вы можете добавить позже.
2. Наиболее важно не оценивать, не судить предлагаемое решение. Примите все идеи. Для этого найдется время на другой фазе. Для сложных задач лучше записать все решения.
3. Старайтесь на этом этапе не делать никаких замечаний по поводу того, что какое-либо решение вас не устраивает.
4. Используя метод для решения проблемы, в которой участвуют несколько детей, и если кто-то из них не предлагает решения, побуждайте его сделать это.
5. Попытайтесь искать альтернативные решения до тех пор, пока нельзя будет предложить ничего нового.



3 шаг. **Оценка альтернативных решений**

Цель: Активизировать ребенка на высказывания по поводу различных решений, сообщить свое мнение по каждому варианту.

Действия родителей: Предложить ребенку высказаться, какие из этих решений выглядят лучше, чем остальные. Сообщить свои чувства и интересы, сказать о наиболее оптимальном варианте и что не устраивает (или устраивает) в выборе ребенка.

1. Круг решений обычно сужается до 1-2-х.
2. Родители должны помнить, что нужно честно выражать свои чувства («Мне это не нравится», «Это меня не удовлетворяет»)



4 шаг. **Выбор наиболее приемлемого решения**

Цель: Принять окончательное решение.

Действия родителей: Узнать, что думает ребенок о каждом оставшемся решении. Добиться того, чтобы каждый обязался выполнять свою часть договора. Если решение состоит из нескольких пунктов желательно зафиксировать их на бумаге.

1. Проверьте, что чувствуют дети по поводу оставшихся решений («Годится ли это?» «Все ли довольны?»)

2. Но думайте о решении как обязательно окончательном и что его невозможно изменить. Можно сказать: «Давай попробуем это и увидим, годится ли это!».

3. Если решению требует ряда шагов (выполнения пунктов), то хорошо записать их, чтобы не забыть.

4. Убедитесь, что достигнуто ясное понимание того, что каждый берет обязательство выполнять решение.



5 шаг. **Выработка способов выполнения решения – воплощение решения**

Цель: Спланировать процесс претворения в жизнь принятого решения.



Действия родителей:

- Уделить внимание на то, как будет выполняться решение.
- Вынести на обсуждение вопросы типа «Когда начнем?» «Кто будет следить за временем?» «Каковы будут критерии качества выполняемой работы?» и т.п.



6 шаг. **Контроль и оценка результатов**

Цель: Способствовать реализации решения. Выявить обстоятельства, требующие пересмотра принятого решения.

Действия родителей: Интересоваться у ребенка, по-прежнему ли он доволен принятым решением и его результатами. Сообщить о своих чувствах и мыслях (они могут измениться) по поводу результатов решения. Пересмотр или корректировка решения, если это потребуется. Спросить ребенка «Доволен ли ты решением?» Иногда дети берутся за решение, которое трудно выполнимо.



Возможные последствия конфликтов

- трудности эмоционального и поведенческого характера, трудности взаимодействия с другими, в том числе ровесниками, братьями и сестрами, учителями, членами семьи, а в перспективе – возлюбленными;
- проблемы в школе из-за негативного воздействия нахождения в конфликтной обстановке на когнитивные способности и способности к сосредоточению;
- проблемы со здоровьем, в том числе проблемы сна, пищеварения, головные боли, усталость, задержка роста...



Способы разрешения конфликтов

Юмор – постараться увидеть смешное в создавшейся ситуации;

Признание достоинств – увидеть хорошие качества в другом участнике конфликта;

Компромисс – соглашение на основе взаимных уступок;

Третейский суд – обращение к незаинтересованному лицу;

Анализ – попытаться добраться до истоков проблемы и найти решение;

Ультиматум – решительное требование с угрозой применения мер воздействия.



*Работа над преодолением конфликтов с детьми **начинается с работы над собой** и над своими отношениями с супругом или супругой.*

Меры профилактики конфликтов между родителями и детьми:

- проведение как можно большего количества времени вместе с ребенком;
- умение делиться с ребенком и смехом, и радостью, и горем, и разочарованиями;
- наличие взаимопонимания, дружбы и любви между родителями и ребенком;
- сбалансированный подход к воспитанию: сначала - убеждение.



Практическая работа

Перефразировать Ты-высказывание на Я-высказывание:

1. Ты никогда меня не слушаешь.
2. Ты все время разговариваешь параллельно со мной.
3. Вечно ты хамишь!
4. Ты всегда ужасно себя ведешь!
5. Ты всегда без спросу берешь со стола мои вещи!
6. Ты такой неряха!
7. Ты не мог бы сделать музыку потише?!



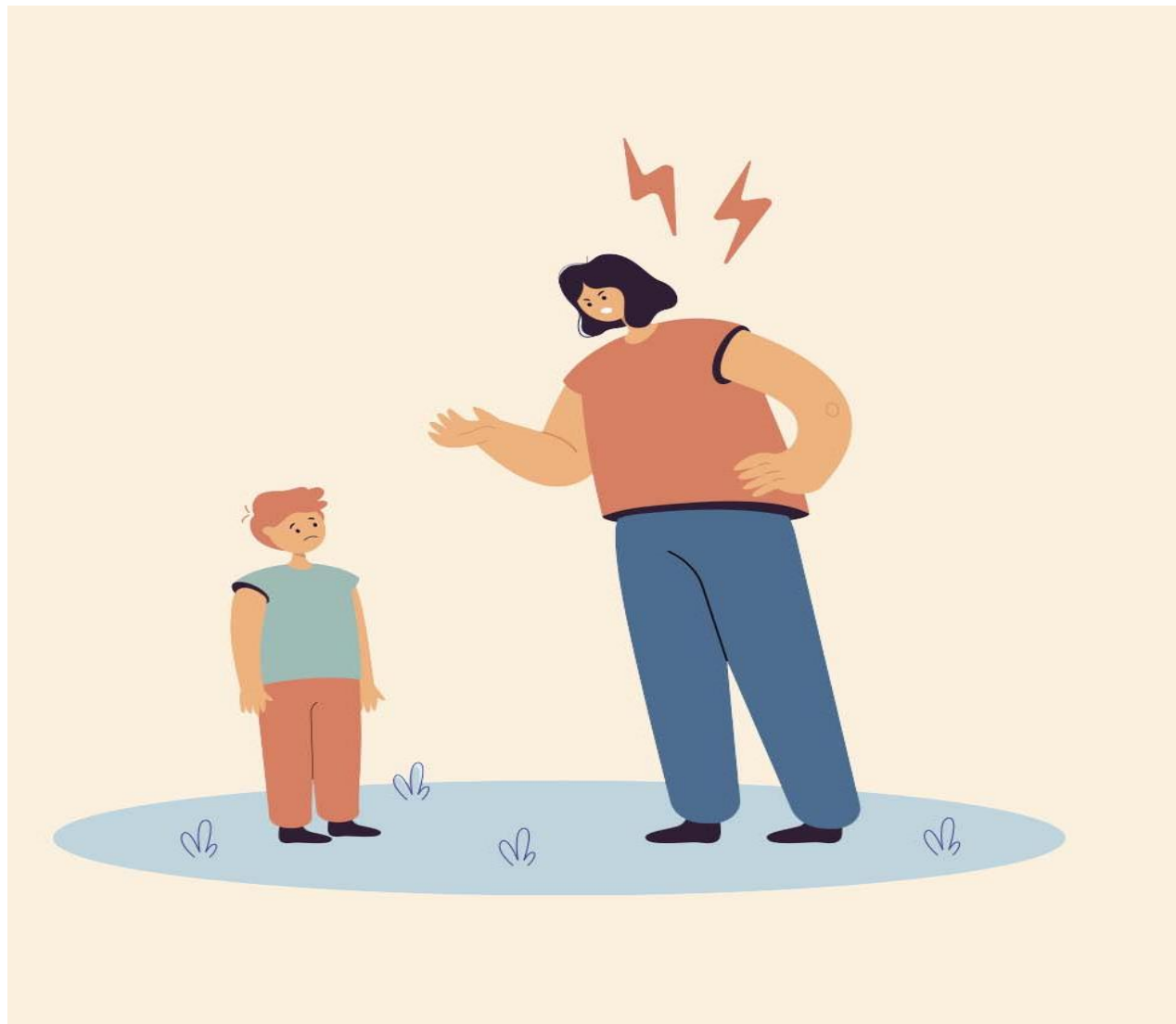
Решение ситуационных задач



Сказка



Притча о следах после конфликта



*Других не зли и сам не злись
Мы гости в этом бренном мире
И если что не так – смирись,
Умнее будь и улыбнись.
Холодной думай головой
Ведь в мире все закономерно –
Зло, излученное тобой
К тебе вернется непременно.*

Омар Хайям

