

## **Конструктивный метод разрешения конфликтов. «Выигрывают обе стороны: и родитель, и ребёнок»**

Этот метод предполагает несколько последовательных шагов:

**1. Прояснение конфликтной ситуации.** Начать надо с выслушивания ребёнка. Уточнить, в чем состоит его проблема, что он хочет или не хочет и т.д.

Выслушав ребёнка, нужно сказать ему о своем желании или проблеме. Важно, чтобы ваше высказывание имело форму «Я-сообщения». Например: сказать «Я переживаю за то, что снизилась твоя успеваемость».

**2. Сбор предложений.** Начинается этот этап с вопроса «Как нам поступить?», «Что же нам придумать?». После этого надо дать возможность ребёнку первому предложить решение, и только потом предлагать свои варианты. При этом ни одно предложение ребёнка не отвергается, сначала они просто набираются «в корзинку».

**3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.** Необходимо из всей «корзины» предложений выбрать одно или несколько, которые подходят и ребёнку и вам.

**4. Выполнение решения, проверка.** Этот способ решения конфликтов никого не оставляет с чувством проигрыша, он приглашает к сотрудничеству с самого начала, и в конечном итоге выигрывают все.

## **Как сохранить любовь и уважение своих детей**

Не следует видеть в самостоятельности ребёнка угрозу.

Помните, что ребёнку нужна не столько самостоятельность, сколько право на неё.

Чтобы ребёнок выполнил то, что вам нужно, постарайтесь сделать так, чтобы он сам этого захотел.

Не злоупотребляйте опекой и контролем, не перегружайте его.

Не создавайте в семье «революционную ситуацию», а если создали, то приложите все усилия, чтобы разрешить её мирным путём.

Не забывайте слова И.В. Гёте: «В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподобающих поступках».

**Будьте успешны и счастливы!**

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИОННАЯ  
ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЕЙ

Служба психолого-педагогической,  
методической и консультативной помощи  
родителям

Ежедневно по будням с 8.00 – 17.00

8 4162 226 247

Центр развития региональной системы  
психолого-педагогического сопровождения  
субъектов образовательных отношений  
ГАУ ДПО  
«Амурский областной институт развития  
образования»

**Рекомендации родителям по  
разрешению конфликтов с детьми**



Конфликты между детьми и родителями самые распространённые в жизни. Невозможно найти такую семью, где бы отсутствовали конфликты.

Возрастные кризисы детей могут являться факторами их повышенной конфликтности.

Возрастной кризис представляет собой переходный период от одного этапа детского развития к другому.

В критические периоды дети становятся непослушными, капризными и раздражительными. Они часто вступают в конфликты с окружающими, особенно, с родителями.

У них возникает отрицательное отношение к ранее выполнявшимся требованиям, доходящее до упрямства.

**Выделяют следующие возрастные кризисы:**

- 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.



Наиболее часто конфликты у родителей возникают с детьми-подростками.

Чаще всего это конфликты из-за неустойчивости родительского отношения (постоянно меняются критерии оценок); из-за сверхзаботы (излишняя забота и сверхожидания); неуважения прав на самостоятельность (тотальность указаний и контроля).

Обычно подросток на притязания и конфликтные действия родителей отвечает реакциями-стратегиями:

- оппозиции (демонстративные действия негативного характера);
- отказ (неподчинение требованиям родителей);
- изоляция (стремление избежать нежелательных конфликтов с родителями, сокрытие информации и действий).



**Рекомендации родителям по профилактике конфликтов:**

- учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей;
- определить трудовые обязанности каждого члена семьи; ввести традиции взаимопомощи;
- совместные увлечения служат основой выявления и разрешения возникающих противоречий;
- проявлять интерес к внутреннему миру детей, их заботам и увлечениям.

**Рекомендации родителям в конфликтах с детьми:**

- всегда помнить об индивидуальности ребёнка;
- учитывать, что каждая новая ситуация требует нового решения;
- стараться понять требования ребёнка;
- помнить, что для перемен нужно время;
- противоречия воспринимать как факторы нормального развития;
- проявлять постоянство требований к ребёнку;
- чаще предлагать выбор из нескольких альтернатив;
- одобрять разные варианты конструктивного поведения
- совместно искать выход путём перемены в ситуации
- уменьшить число «нельзя» и увеличить число «можно»
- ограниченно применять наказание, соблюдая при этом их справедливость и необходимость.