**Решение конфликтов с детьми**

Нельзя избежать всех конфликтов, ведь они периодически возникают в любой семье, даже самой хорошей, от этого никуда не деться. Нужно научиться правильно их решать. Однако перед этим стоит рассмотреть и разобраться, почему и как возникают конфликты. Рассмотрим самый распространенный пример. В вечернее время после освобождения от всех будничных дел все члены семьи собираются у телевизора. И каждому хочется посмотреть свой любимый сериал или передачу. И начинается спор, уступать никто не собирается, ведь мама ждала весь день эту серию, сын – футбол, а дедушка – новости. Дело заключается в столкновении интересов родителей и детей. В таких случаях, если удовлетворяются интересы одной стороны, то ущемленными становятся интересы другой. Проблема при столкновении интересов возникает у обеих сторон.

Что же предпринимать в таких ситуациях? зачастую родители используют два способа или настаивать на своем, или отступать и сохранять мир. Один из способов выигрывают только родители.
- Футбол может подождать. Только попробуй переключить еще раз. Однако стоит вспомнить, что у детей наполнен эмоциональный стакан. Какова их реакция.
- Это твое дурацкое кино!
Родители зачастую пользуются данным способом, считая, что если им не давать отпор и если их не ломать, то они могут «сесть на шею».
Некоторые родители предпочитают более мягкие методы, они настойчиво и спокойно начинают объяснять ребенку, что то, что хотят родители важнее, и ребенок соглашается. Однако при этом у них создается мнение: «Мои интересы не учитываются, делать все равно придется то, чего они хотят». Когда многие годы постоянно побежденными оказываются родители, то дети могут стать очень пассивными или агрессивными.
Существует и второй вариант: «Выигрывает исключительно ребенок».
В подобных случаях дети будут расти эгоистами, не умеющими организовывать себя и неприученными к порядку.

**Как же благополучно выходить из конфликта?**

Можно повернуть все так, чтобы в выигрыше были обе стороны, как дети, так и родители. В основе этого способа лежат навыки общения: «Я – сообщение» и активное слушание. Вам нужно для этого убедиться в том, что вы уже активно слушаете своего ребенка и сообщать ему о собственных чувствах, и лишь после этого можно переходить к более тяжелым случаям. Этим методом предполагается несколько шагов.
***Первый шаг:****проясняем конфликтную ситуацию*
Родителям необходимо выслушать ребенка. Уточнить, что он желает и чего не желает, что ему нужно и важно. Это нужно делать в стиле активного слушания, а потом говорить о собственных желаниях или проблемах при помощи «Я – сообщений». Необходимо начинать именно с выслушивания дитя, а не с сообщений о себе.
***Второй шаг:****собираем предложения*
«Что же предпринять?», «Как быть?». После того, как вы задали ребенку вопрос, нужно сделать паузу, позвольте малышу первому предложить способ решения проблемы. В тех случаях, когда ребенок высказывает много предложений, можно записать их на бумажке.
***Третий шаг:****оцениваем предложения и выбираем более приемлемое.*
На этом этапе нужно обсудить с ребенком каждый способ и выбрать тот, который понравится больше, как вам, так и вашему ребенку. Который устроит обе стороны.
***Четвертый шаг:****детализируем принятое решение.*
Стоит уточнить мельчайшие детали. Если вы приняли решение, что ребенок самостоятельно будет вставать по утрам, то нужно предоставить ему будильник и научить, как им пользоваться.
***Пятый шаг:****выполняем решения, проверяем.*
В тех случаях, когда вы пришли к тому, что ребенок будет делать что-то самостоятельно, без вашей помощи. То в первое время у него может не получаться, именно поэтому через два дня, когда вы спокойно будете оба спрашивать: «Как дела?». Возможно, вы что-то забыли учесть, и необходима какая-то помощь.
Подобный метод не оставляет никого в проигрыше, а приглашает к сотрудничеству!