**Рекомендации по решению конфликтов между**

**родителями и детьми**

*Конструктивному поведению родителей в конфликтах с детьми способствует следующее.*

*Этапы решения конфликта:*

**Определение противоречия или проблемы**

1. Родитель должен быть уверен, что выбранный для поиска альтернативы момент удачен для него и для ребёнка. Ребенок, как и все, обижается, если его обрывают или отвергают.

 2. Родитель не должен бояться сказать: «То, что случилось, является проблемой, и я хочу, чтобы ты помог решить её».

 *Нужно придерживаться следующих целей и правил:*
 • скажите все, как есть. Если Вы как родитель чувствуете себя сильным в этом пункте, имеет смысл, чтобы именно Вы обратились к ребёнку с вопросом;

 • избегайте обвинений, которые лишь вынуждают ребёнка защищаться и уменьшают шансы на разрешение противоречия;
 • используя совместные действия, родителю следует дать ребёнку понять, что они должны объединиться в поиске того решения, при котором никто не будет ущемлён и которое требует «встречи» ребёнка и родителя.

**Поиск и выработка альтернативных решений**

Для того, чтобы помочь найти решение проблемы, постарайтесь держать в уме следующие ключевые моменты:
 • позвольте ребёнку первому предложить своё решение. Вы воспользуетесь своей возможностью позже;
 • дайте ребёнку достаточно времени для обдумывания его предложений, особенно если он ещё маленький;
 • будьте открытыми, избегайте оценок, осуждения или принижения предлагаемых ребёнком решений;

 • избегайте высказываний, создающих у ребёнка убеждение, что Вы не примете ни одно из предлагаемых им решений;
 • поддерживайте ребёнка, особенно в тех случаях, когда в поиск альтернатив участвую несколько детей;
 • занимайтесь «мозговым штурмом» до тех пор, пока не убедитесь, что «выжать» новые альтернативы не удастся.

**Исследование, обдумывание, оценка альтернативных решений**

 Этот этап включает в себя исследование и оценку тех решений, которые, как кажется, способны разрешить противоречия или проблему. В воображении проигрываются все возможные альтернативы, а также последствия принятого решения. Очень важно на данном этапе, чтобы родитель включил ребёнка в обдумывание и оценивание различных решений.

**Выбор альтернативы и реализация решения**

 Для того чтобы выбрать лучшую альтернативу, помните следующее:
 • задайте вопросы типа «Ты думаешь, это приведёт нас к решению? Всех ли удовлетворит это решение? Решает ли это нашу проблему?»

 • решения не конкретизируются. Ни одно из решений не должно считаться окончательным и не подлежащим изменениям. Родитель мог бы сказать ребёнку: «Звучит неплохо, давай попробуем и посмотрим, решает ли это наши проблемы?» или «Мне хотелось бы это попробовать. А тебе?»

 • запиши решения на бумаге, особенно в том случае, если оно включает в себя ряд пунктов, чтобы не один не был забыт.
 • все участвующие должны понимать, что каждый вносит свой вклад в поиск решения.

**Выбор подходящего момента для оценки правильности принятого решения.**

* Ребёнку и родителю необходимо вернуться назад и рассмотреть, как идут дела, насколько выбранное решение удовлетворяет каждого.
* Ребёнок зачастую соглашается на решение, которое в дальнейшем оказывается трудноосуществимым. Необходимо сверяться друг с другом. Иногда на стадии оценки появляется новая информация, требующая пересмотра первоначального решения.
* Оценивание является важным звеном процесса поиска альтернатив. Оценивание покажет, насколько удачным оказалось найденное решение, необходима ли какая-то коррекция.

**БЕРЕГИТЕ ДРУГ ДРУГА!**

подготовила педагог-психолог Борутто Е.А.