

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**  
**«Как себя вести в конфликте с ребенком»**

1. Прежде чем вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат от этого вы хотите получить.
  2. Утвердитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
  3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы ребенка.
  4. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
  5. Выясните, в чем состоит причина конфликта. Для этого можно использовать как уточняющие вопросы (Как получилось, что ....?) или техники активного слушания, которые позволяют понять и назвать чувства другого человека без оценивания (Ты сегодня подрался в школе, так как был сильно зол на Колю). И еще немаловажное условие: выяснение причин должно проходить после того, как Вы овладели своими чувства, без криков и ругани.
  6. Четко сформулируйте, чего вы хотите и чего хочет ваш ребенок. К примеру: «Я хочу, чтобы посуда была чистой к моему приходу домой. Ты хочешь, чтобы у тебя было достаточно свободного времени для общения с друзьями».
  7. Постарайтесь найти максимальное количество вариантов решения конфликта с учетом интересов всех участников. Возможно составления письменного списка. Желательно формулировать желаемое поведение в позитивной форме (Не дрался, а спокойно общался с другими учениками; не сбегал с уроков, а присутствовал на всех занятиях).
- Чем более конкретные меры прописаны, тем больше вероятности, что они будут приняты и выполнены (Вместо уборки в комнате - сложить вещи в шкаф и порядок с книгами на письменном столе).
8. Совместно дайте оценку всем вариантам и выберите тот, который максимально соответствует интересам всех участников взаимодействия. Будьте гибкими, если желаете достичь главного - разрешения конфликта.
  9. Договоритесь действовать в соответствии с данным вариантом, старайтесь следовать договоренностям, желательно с указанием срока договоренности. К примеру, наш договор действует в течение следующей недели. В случае нарушения договоренности не судите строго ни ребенка, ни себя. Возможно, причина в том, что при выборе решения кто-то был не совсем искренним и на самом деле предложенный выход из ситуации кого-то не устраивал. Имеет смысл пересмотреть договоренность и вновь прийти к обоюдному согласию.

