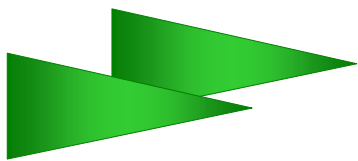


Как разрешить КОНФЛИКТ



Конфликты в семье неизбежны даже при самых хороших отношениях, и что дело вовсе не в том, чтобы их избегать или стараться замять, а в том, **чтобы правильно их разрешать.**

Конфликтные ситуации подстерегают нас чуть ли не на каждом шагу, и в одних случаях дело кончается открытым спором, в других — невысказанной и затаенной обидой, а бывает, и настоящим «сражением».

Что создает конфликтную ситуацию и приводит к «накалу страстей»? Очевидно, что дело — **в столкновении интересов родителя и ребенка.** Заметим, что в подобных случаях удовлетворение желания одной стороны означает ущемление интересов другой и вызывает сильные отрицательные переживания: раздражение, обиду, гнев.

Что же делать в таких случаях?

Родители решают эту задачу по-разному. **Так появляются два неконструктивных способа разрешения конфликтов**, которые известны под общим названием *«Выигрывает только один».*

Первый неконструктивный способ разрешения конфликтов: «Выигрывает родитель». Родители, склонные использовать первый способ, считают, что побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо. «Дашь ему волю, так он «на шею сядет», «будет делать, что хочет».

Сами того не замечая, они показывают детям сомнительный пример поведения «всегда добивайся того, что ты хочешь, не считаясь с желаниями другого». А дети очень чувствительны к манерам родителей и с раннего детства им подражают.

Второй неконструктивный способ разрешения конфликтов: «Выигрывает только ребенок». По этому пути идут родители, которые либо боятся конфликтов («мир любой ценой»), либо готовы постоянно жертвовать собой «ради блага ребенка», либо и то и другое.

В этих случаях дети растут эгоистами, не приученными к порядку, не умеющими себя организовать. Все это может быть и не так заметно в пределах семейной «всеобщей уступчивости», но едва они выходят за двери дома и включаются в какое-то общее дело, как начинают испытывать большие трудности. В школе, на работе, в любой компании им уже никто не хочет потакать. Со своими завышенными требованиями к окружающим и неспособностью идти навстречу другим они остаются в одиночестве, часто встречают насмешки и даже отвержение.

Таким образом, неправильно разрешаемые семейные конфликты, большие и маленькие, неизбежно дают «эффект накопления». А под его влиянием формируются черты характера, которые потом оборачиваются судьбой детей и родителей. Поэтому очень важно внимательно относиться к каждому столкновению интересов между вами и вашим ребенком.

Каков же путь благополучного выхода из конфликта? Конструктивный способ разрешения конфликтов: «Выигрывают обе стороны: и родитель, и ребенок».

Этот способ основывается на двух навыках общения: активном слушании и «Я-сообщении». Сначала убедитесь, что вам удастся успешно послушать ребенка и сообщить ему о своих чувствах в более простых, бесконфликтных ситуациях, и только потом переходите к более сложным случаям.

Сам метод предполагает несколько последовательных шагов или этапов.

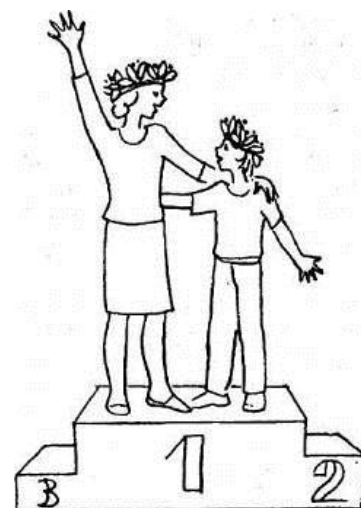
- 1. Прояснение конфликтной ситуации.**
- 2. Сбор предложений.**
- 3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.**

*Итак, первый шаг: **прояснение конфликтной ситуации.***

Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема, а именно: что он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет и т.д.

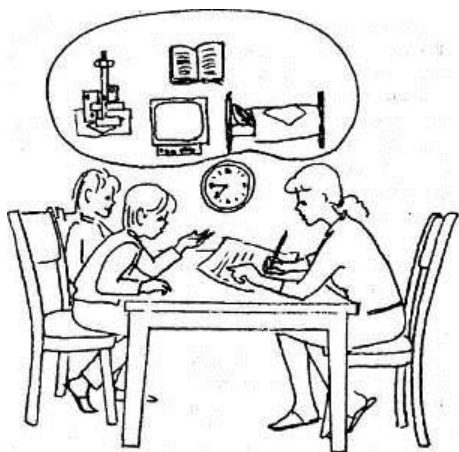
Делает он это в стиле активного слушания, то есть обязательно озвучивает желание, потребность или затруднение ребенка. После этого он говорит о своем желании или проблеме, используя форму «Я-сообщения».

Например: «Мне тяжело и обидно вести хозяйство одной» (вместо «Вы все взвалили на меня одну»).



Второй шаг: сбор предложений.

Этот этап начинается с вопроса «Как же нам быть?», «Что же нам придумать?» или «Как нам поступить?». После этого надо обязательно подождать, дать возможность ребенку первому предложить решение (или решения), и только затем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее с вашей точки зрения, предложение, не отвергается с места. Сначала предложения просто набираются «в корзинку». Если предложений много, их можно записать на листе бумаги.



Когда сбор предложений окончен, *делают следующий шаг.*

Третий шаг: оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.

Если в выборе лучшего решения участвует несколько человек — как было и в этом случае — то лучшим считается то, которое принимается единодушно.

Иногда не важно насколько принятое решение было правильным с воспитательной точки зрения. Гораздо важнее обратить внимание на процесс, который вел к этому решению, выделить в нем несколько положительных моментов.

Во-первых, каждый участник оказался выслушан. *Во-вторых*, каждый вник в положение другого. *В-третьих*, между «сторонами» не возникло ни раздражения, ни обиды, напротив, сохранилась атмосфера дружеских отношений. *В-четвертых*, ребенку представилась возможность осознать свои истинные желания. *Наконец, последнее*: ребенок получил прекрасный урок, как вместе решать «трудные» вопросы.

ВОПРОС: А как вести себя, если конфликт разгорелся между детьми?

ОТВЕТ: Хуже всего, если родитель к поднявшемуся крику добавляет свой повышенный голос: «Сейчас же перестаньте!», «Вот я вас сейчас обоих...» Пожалуй, еще хуже, если он берет сторону одного из детей, как правило, им оказывается младший. Это может привести к избалованности младшего и стойкой обиде и ревности старшего.

В большинстве случаев неплохо оставлять разбираться самих детей. Можно послать «Я-сообщение» примерно такого рода: «Мне не нравится, когда в доме поднимается такой крик», «Мне нравится, когда дети разбираются со своими делами сами».

Но бывают случаи, когда родитель втягивается в разрешение детского конфликта в качестве посредника. Тогда конструктивный способ оказывается очень полезным.



Начать нужно, конечно, с выслушивания каждой из сторон. Очень важно при этом соблюдать следующий принцип: если вы в данный момент слушаете одного ребенка, и он начинает чувствовать, что вы вникаете в его проблему, дайте каким-нибудь образом знать другому, что и он будет столь же внимательно выслушан. Будьте уверены, другой ребенок очень ревниво следит за тоном вашего разговора, а отсутствие

выговора, миролюбивые нотки в вашем голосе могут привести его к заключению, что ваши симпатии — на стороне «противника». Поэтому, пытаясь выслушать переживания одного, хорошо взглядом, прикосновениями, кивком головы посылать другому сигналы: «Да, я помню и о тебе тоже, и скоро буду готов внимательно выслушать тебя».

Если Вас заинтересовала подробная информация по вопросам воспитания, то более подробно Вы можете ознакомиться с ней, прочитав книгу Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком Как?»