

Памятка для родителей по формированию навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.



Рекомендации взрослым в конфликтных ситуациях

1. Прежде чем вы вступите в конфликт, 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 другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента. Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее.

Предупреждение детско-родительских конфликтов

Для конструктивного поведения родителей в конфликтах с детьми следует придерживаться следующих правил:

- Всегда помнить об индивидуальности ребенка.
- Учитывать, что каждая новая ситуация требует нового решения.
- Стараться понять требования ребенка.
- Помнить, что для перемен нужно время.

- Противоречия воспринимать как факторы нормального развития.
- Проявлять постоянство по отношению к ребенку.
- Чаще предлагать выбор из нескольких альтернатив.
- Одобрять разные варианты конструктивного поведения.
- Совместно искать выход путем перемены в ситуации.
- Уменьшать число «нельзя» и увеличивать число «можно».
- Ограниченно применять наказания, соблюдая при этом справедливость и необходимость их использования.
- Дать ребенку возможность почувствовать неизбежность негативных последствий его проступков.
- Расширять диапазон моральных, а не материальных поощрений.
- Учитывать легкость переключения внимания у маленьких детей.

Рекомендации для предупреждения и разрешения детско-родительских конфликтов:

1. избегайте конфликтных ситуаций с детьми, так как они могут стать основой для разрушения хороших отношений;
2. делайте все от вас зависящее, чтобы быть добрым к ребенку и в то же время проявлять оправданную твердость;
3. научите ребенка справляться со своим гневом, например, попить воды, умыться, глубоко подышать, порвать бумагу, прогуляться, громко попеть песни, принимая душ и т.д.;
4. применяйте все способы выражения любви к ребенку: контакт глаз, физический контакт (приобнять, погладить, поцеловать), говорить ласковые слова и слова похвалы;
5. предупреждайте конфликты при помощи понимания, прощения и способности уступать;
6. основным методом общения с ребенком должна быть безусловная любовь;
7. эффективно используйте стили поведения в конфликтной ситуации, учитывая конкретные обстоятельства.