

«Учим детей общаться  
без конфликтов»



Дома, в детском саду дети порой бывают участниками конфликтов с криками и даже драками – со сверстниками и/или взрослыми.

Если ребёнок не освоил навыки уважительного разрешения конфликтных ситуаций в дошкольном детстве, ему намного сложнее научиться этому в старшем возрасте. А будучи взрослым, такое умение тем более трудно практиковать в качестве новичка, и этим отчасти объясняются эпизоды насилия в семье и уличная преступность.

На каждой стадии развития ребёнок постепенно расширяет своё понимание, как балансировать между собственными нуждами, желаниями и правами и аналогичным перечнем у людей вокруг. По мере этого дети развивают и свою способность к конструктивному общению, которая становится частью личности.



- **Первый залог успеха в процессе обучения навыкам уважительного разрешения конфликтов – это научить ребёнка осознавать свои эмоции. То есть те ощущения и чувства, которые он испытывает «здесь и сейчас».**
- **Второй ключевой фактор успеха – научить ребёнка контролировать то, как он выражает свои эмоции. И это поистине самая трудная часть!**

**Чтобы дети росли социально ответственными, они должны уметь делать выбор из набора эмоций и принимать его последствия – какими бы они ни были.**

**Ещё один сложный этап обучения уважительному разрешению конфликтов – научиться понимать эмоции другого человека. Для начала это требует важного этапа взросления, когда ребёнок осознаёт, что другие люди тоже испытывают чувства и имеют желания, и они могут совершенно не совпадать с его собственными.**

**Приведём основные секреты успеха на этом пути.**



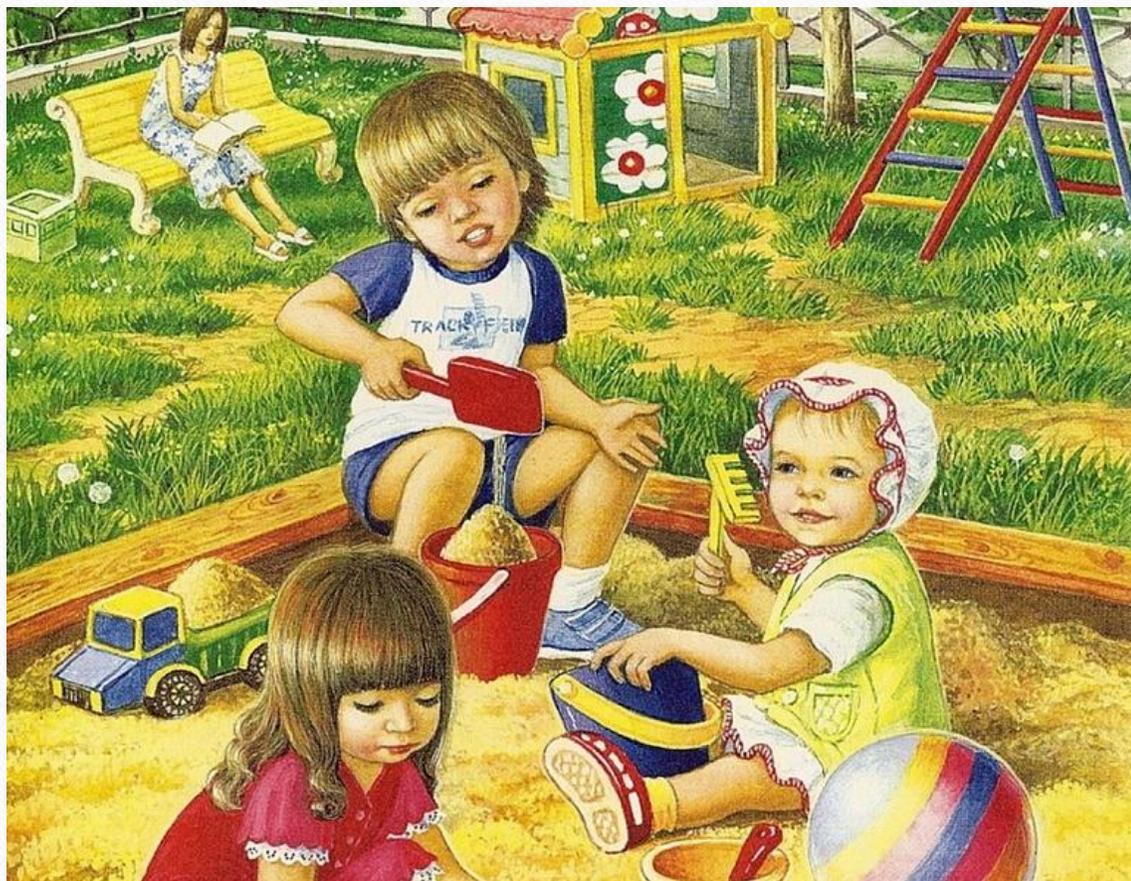
## Обогащайте словарь ребёнка для описания эмоций и чувств

Обучайте детей словам, которые обозначают эмоции!

---

Постоянно предлагайте ребёнку краткие рассказы с причинно-следственной связью, например: «Когда ты вертишься, я раздражаюсь, ведь мне неудобно одевать тебя. Пойди спокойно».

Привлекайте внимание ребёнка к тем эмоциям, которые он наблюдает у других людей – как они проявляются, какие у них причины.



# Установите стандарты и пределы

Дети – это всегда отражение родителей, они впитывают ваши приоритеты и стандарты. Поэтому утверждайте и на словах, и на деле право любого человека на безопасность – эмоциональную и физическую.

Когда дети достаточно подрастут, установите пределы, дальше которых конфликты в вашем доме выйти не могут. Например: «Категорически неприемлемо бросаться игрушками! Просто скажи, что тебе не нравится».

## Подавайте хороший пример

Если вы хотите, чтобы ребёнок не кричал, не обзывался, не унижал других, начните с себя в этом же пункте

## Показывайте ребёнку, как с помощью речи можно разрешить конфликт

Всегда просите ребёнка говорить вам, что он хочет, в чём нуждается. Подчёркивайте, что важно использовать речь, а не толкаться, хмыкать или драться: «Скажи мне, если ты хочешь взять яблоко перед обедом», «Попроси добавки, если не наелся» и т.п.

Моделируйте в общении с ребёнком нужные формы вежливого общения посредством речи, чтобы строить коммуникацию с другими: «Петя, я тоже хочу строить из конструктора. Можно я сяду рядом с тобой?»

Учите ребенка слушать и понимать, объяснить свои желания, чувства и переживания. Покажите, как получить желаемое, не расстраивая других.

Научите ребенка управлять своими чувствами и адекватно выражать свои переживания.

И помните, что существует разница между агрессивностью и самоутверждением. Очень важно донести эту разницу до детей.

**Желаем успехов!**