

Решение детских конфликтов: учим ребенка мирным способам

Будет неправильно полагать, что решение детских конфликтов — это сугубо личное дело ребенка и без вас он лучше разберется. Родители должны помочь осознать маленькому человечку, что быстрее и надежней устранять противоречия будет мирными путями.

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

Более того, конфликтные ситуации вполне можно считать желательным событием в жизни ребёнка. Потому что определённый опыт жёстких ссор позволяет ребёнку освоить умение разрешать конфликты уважительно. И это умение многократно пригодится любому взрослому человеку – и семье, и в дружбе, и на работе.

Если ребёнок не освоил навыки уважительного разрешения конфликтных ситуаций в дошкольном детстве, ему намного сложнее научиться этому в школе или 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.

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.

Обучение ребёнка умению уважительно разрешать конфликты не является чем-то запредельно сложным, но требует неуклонности и терпения. Приведём основные секреты успеха на этом пути.

С самых первых лет жизни 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. Постой спокойно».*

Привлекайте внимание ребёнка к тем эмоциям, которые он наблюдает у других людей – как они проявляются, какие у них причины. Например: *«Этот мальчик очень расстроен. Видишь, он плачет, потому что кто-то забрал его лопатку из песочницы. Мальчик хочет, чтобы лопатку вернули».*

Со старшими дошкольниками изучайте слова, которые обозначают эмоции, часто возникающие в конфликтных ситуациях. Среди них должны быть такие: испуг, напуган и испугаться; беспокойство, нервный и нервничать; злость, злой и злиться; обида, обижаться и плакать; обман и обманывать; игнорировать и одинокий, и т.п.

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

Объясните ребёнку, что он может чувствовать, что угодно, однако должен контролировать, что он делает в результате переживания сильных эмоций. И всегда показывайте ему пример именно в этом. 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: *«Петя, я тоже хочу строить из конструктора. Можно я сяду рядом с тобой?»*.



Помогайте ребёнку конструктивно справляться с его эмоциями

Включайтесь в процесс переживания эмоций и предлагайте решение проблемы: *«Вижу, ты очень зол и обижен. Это неприятно, когда интересную игрушку взял другой мальчик. Но долго плакать нет смысла. Давай посмотрим, есть ли тут ещё интересные игрушки, с которыми ты можешь поиграть?»*

Показывайте детям, как говорить с другими об их поведении – без агрессии

Постоянно объясняйте, что важно говорить о поведении (в конкретной ситуации), но не обзываться и не называть человека плохим в целом. Достучитесь до ребёнка с простой

и гениальной идеей о том, что его цель в любом разговоре – исправить ситуацию БЕЗ обвинений другого человека.

Научите ребёнка конструкции «Я чувствую». В общем виде она выглядит так: *«Я чувствую то-то и то-то, когда ты делаешь так-то и так-то. В следующий раз я прошу тебя делать иначе, а именно вот так»*. Например: *«Мне обидно, когда ты переставляешь игрушки на моей полке. В следующий раз я прошу тебя их не трогать»*.

Создавайте положительную атмосферу для совместных игр со сверстниками

Особое внимание следует уделить окружению, в котором играют дети. Достаточно ли игрушек для всех детей? Есть ли игрушки для совместных игр в тесном контакте? Все ли виды деятельности возможны? Например, за столом, на ковре, в спортивном уголке.



Предлагайте выбор даже малышам

Когда случается истерика, вам следует сначала объяснить ребёнку ситуацию: *«Крик и плач не помогут. Есть две вещи, которые ты можешь сделать:... и...»*. Давая чёткие альтернативы для выбора маленькому ребёнку, вы создаёте условия для переключения его внимания на продуктивную деятельность. Поведение ребёнка вас приятно удивит. Главное – продолжайте напоминать малышу, какие возможности для конструктива у него есть.

Установите запрет на удары и физическую агрессию к другим детям



Всякий раз, когда возникает агрессия к другому ребёнку, пресекайте её в зародыше: *«Я не разрешаю бить Петю! И я никогда не позволю ему бить тебя»*.

Подумай, как решить проблему без драки».

**Удерживайтесь от решения проблем за дошкольников,
вместо этого помогайте детям разобраться
самостоятельно с помощью наводящих вопросов**

Если дети обращаются к вам за помощью в процессе конфликта, удержитесь от желания развести их в разные комнаты, или усадить далеко друг от друга, или прибегнуть к строгим указаниям кому и что сделать.

Вместо этого проведите их через конфликт, мягко подталкивая к общению в конструктивном ключе. Помогите им поговорить друг с другом. Задавайте вопросы, которые помогут каждому из них высказаться – и так самостоятельно проанализировать ситуацию.



Ваши вопросы могут быть такими:

- *В чём проблема? Что случилось?*
- *Как вы пытались решить проблему?*
- *Почему вы не можете помириться?*
- *Что можно ещё сделать, чтобы каждый из вас был доволен?*

После, помогите спорщикам проанализировать плюсы и минусы каждого предложенного решения. Затем можно проголосовать (если участников конфликта больше двух). Разработайте новый план поведения, а если проблема снова возникает – возвращайтесь на этап совместной беседы, где вы выступаете не судьёй, а подсказчиком.

Осуществляйте обратную связь и оценку

Обязательно комментируйте то, что вы наблюдаете между детьми в процессе их общения по спорным вопросам. Например: *«Я слышала, как ты сказал Тане, что очень злишься за то, что она сломала твою башню из «Лего». Это был правильный разговор, ты смог контролировать свою злость и обиду!».*

Или: «Слышала, как вы с братом спорили о новом пистолете – кому он достанется. Ты молодец, что пообещал ему, что завтра он сможет взять пистолет в садик, если сегодня это сделаешь ты».

Обучайте ребёнка, как сгладить обиду после конфликта

После конфликтов большинство детей продолжают свои игры, и всё же иногда им стоит подсказать, как сгладить обиду после конфликта у второго участника событий. Если ребёнок понял свою ошибку и искренне согласен с такой трактовкой, он может сказать: «Мне жаль. Извини меня».



Но есть и другие пути отчётливого примирения, чтобы сформировать конструктивную коммуникацию со сверстниками. Спросите ребёнка: «Вы с Мишей сегодня сорились. Ты хочешь с ним дружить дальше? Ты можешь извиниться, или обнять его, или поделиться конфетами, или нарисовать картину в подарок». Так вы подчёркиваете, что важно не только произнесение слов, но и подкрепление их действиями.

