

Дочь громко включила музыку. Вам это досаждают. Как нельзя говорить: «Ты мешаешь мне отдыхать! Ты думаешь только о себе!» или «Ты не могла бы потише?»

Как можно: «Меня утомляет громкая музыка. Я устала на работе и хотела бы отдохнуть».

ШАГ 3. ОЦЕНКА ПРЕДЛОЖЕНИЯ И ВЫБОР ИЗ НИХ САМОГО ПРИЕМЛЕМОГО

Совместно обсудите каждое предложение. Все собранные предложения пересмотрите, отберите то или те, которые устраивают всех. Теперь это уже ОБЩЕЕ решение.

ШАГ 4. ДЕТАЛИЗАЦИЯ ПРИНЯТОГО РЕШЕНИЯ

Необходимо подробно обсудить, как и кто, в какой последовательности, во сколько и т.д. будет выполнять принятое решение. Важно сохранить взаимное уважение и дружественный тон – обсуждайте вместе каждую деталь по выполнению принятого решения.

ШАГ 5. ВЫПОЛНЕНИЕ РЕШЕНИЯ И ОЦЕНКА

Важно не только выполнить все действия в том порядке, в котором вы их обсуждали, но и через какое-то время оценить, как выполнено принятое решение, а также обратить внимание ребенка на способ принятия решения.

Это позволит ему в следующий раз разрешать споры таким же способом: МИРНО и КОНСТРУКТИВНО.



ВНИМАНИЕ!

ДЕТИ!

Если возник конфликт с родителями, с другими детьми, с самой собой...

Обращайтесь!

РОДИТЕЛИ!

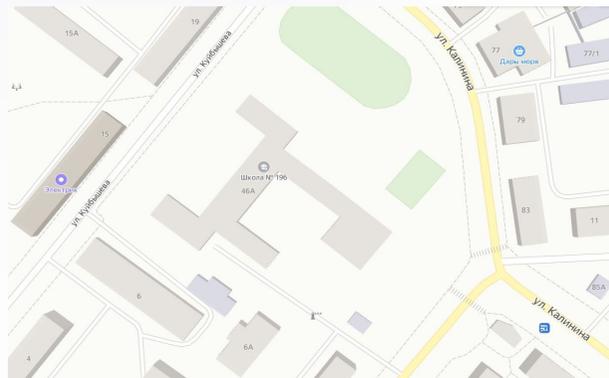
Если возник конфликт с детьми или по поводу детей между собой или с другими взрослыми по поводу детей – с бабушкой, учителем...

Обращайтесь!

ПЕДАГОГИ!

Если возник конфликт с учеником или по поводу ученика...

Обращайтесь!



Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 196»

Руководитель ШСП «Со-Дружество» и автор буклета
Кетова Людмила Владимировна

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 196»



Школьная служба примирения

**ОБЩАТЬСЯ С
РЕБЕНКОМ... КАК?**

**(Медиация
для родителей)**



Буклет издан в рамках программы «Шире круг!»
Навыки конструктивного взаимодействия»

Северск – 2021

Общаться с ребёнком ... Так

ПРАВИЛО ПЕРВОЕ

Принимать своего ребенка – значит, любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник и так далее, а ПРОСТО ТАК, просто за то, что он есть!

ПРАВИЛО ВТОРОЕ

Главное условие общения с ребенком – дружелюбный тон. Прислушивайтесь к тому, что Вы общаетесь со своим ребенком – демонстрируйте уважение к нему и понимание.

ПРАВИЛО ТРЕТЬЕ

Никогда не критикуйте ребенка как личность. Если он сделал что-то не так, то оценивайте его действия, поступки. Исключите из своего обихода фразы «ты плохой», «ты неумеха» и т.д.

ПРАВИЛО ЧЕТВЕРТОЕ

Наберитесь терпения.

ПРАВИЛО ПЯТОЕ

Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка. Бесплезно требовать от ребенка невозможного или очень трудного, к чему он еще не готов.

ПРАВИЛО ШЕСТОЕ

Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка. НО!!! Их не должно быть очень много, они должны быть гибкими и, самое главное, ПОСТОЯННЫМИ (т.е. они не должны зависеть от Вашего настроения). Призывать ребенка к дисциплине нужно не ДО, а ПОСЛЕ установления доброжелательных отношений!

КОНФЛИКТ: родители – дети

Конфликты между родителями и детьми неизбежны даже при самых хороших отношениях. Дело вовсе не в том, чтобы их избегать или стараться замаять, а в том, чтобы их правильно разрешить.

Конфликты учат нас тому, как можно и нельзя поступать. Конфликты дают возможность ребенку взрослеть, родителям – мудреть. НО только в том случае, если они разрешаются конструктивно.

Уметь конструктивно решать конфликты, значит:

1. Признать, что конфликты неизбежны, мир без конфликтов – это утопия.
2. Признать, что именно Вы, как родитель, обязаны научить своего ребенка поведению в конфликтных ситуациях и конструктивному их разрешению. От этого умения зависит его будущее.
3. Признать, что конфликты являются важным сигналом того, что что-то (уже) не в порядке и должно быть изменено.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

ШАГ 1. ПРОЯСНЕНИЕ КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ

Выслушайте ребенка. Уточните, в чем состоит проблема: что он хочет, что ему важно, что затрудняет?

Используйте **медиативную технологию «АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ»**



КОНФЛИКТ: родители – дети

«Активное слушание» – это значит «возвращать» ему в беседе то, что он Вам поведал, при этом обозначив его чувство. Не оставляйте ребенка наедине с его переживаниями.

Примеры. *Сын: «Он отнял мою машину!»*

Мама: «Ты очень огорчен и рассержен на него...»

Дочь: «Не буду я носить эту дурацкую шапку!»

Папа: «Тебе очень не нравится эта шапка».

После этого скажите о своем видении проблемы, о своем желании, о своих чувствах и эмоциях, используя **медиативную технологию «Я-СООБЩЕНИЕ»**.

Используйте личные местоимения: Я ..., Мне ..., Меня ... Сообщите о своих переживаниях, а не о нем и его поведении.

Шаг 2. СБОР ПРЕДЛОЖЕНИЙ

Этот этап начинается с вопроса: «Как же нам быть?» или «Как же нам поступить?» После этого необходимо обязательно подождать, чтобы дать возможность ребенку первому предложить решение и только затем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее, предложение, с Вашей точки зрения, не нужно отвергать сразу. Примеры:

Сын испачкался на улице, порвал одежду. Вы идете с работы...

Как нельзя говорить: «Ты весь грязный, весь испачкался, на тебя смотрят люди!» или «Ну что за вид?»

Как можно: «Я не люблю, когда мой сын ходит растрепанным: мне стыдно от взглядов соседней».