***Структурное подразделение «Детский сад №16 комбинированного вида» МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида»***

***Рузаевского муниципального района***

***Педагог-психолог: Ягина Л.Н.***

**Консультация для родителей:**

**«Как помочь ребенку разрешать конфликтные ситуации»**

Если в детском садике ребенок почти всегда окружен так называемой «социальной периной» (воспитатели, нянечки, бабушки и родители) и все конфликты за него решают взрослые, то в первом классе ребенок непременно столкнется с проблемами, которые никто кроме него не решит.

Если взрослые, в большинстве своем, привыкли использовать в спорах и неоднозначных ситуациях слова, то у ребенка этот инструмент еще не развит. В этом возрасте дети намного лучше владеют своим телом, поэтому и пользоваться им как инструментом решения своих проблем гораздо легче.

Если мы возьмем за аксиому, что размахивание кулаками не ведет к разрешению конфликта, мы должны объяснить ребенку, почему слова гораздо эффективнее кулаков.

Но для начала нам нужно самим научиться разумно и сдержанно относится к детским конфликтам.

**1.Не ищете виноватых, а разберитесь в сути конфликта.**

Не выясняйте у ребенка кто прав, кто виноват. У детей до 9 — 10 лет очень слабо развита критичность мышления. Любой пересказ конфликтной ситуации начинается со слов «Он первый начал». На выяснение того, кто первый начал, у вас могут уйти часы. А вам нужно совсем не это. Выясните у ребенка, что стало причиной конфликта, т. е. из — за чего ребенок расстроен.

**2. Не сюсюкайте с ребенком, а успокойте его.**

Фраза вроде «Ты мой бедный, несчастный», дает ребенку понять, что он беззащитная жертва и никак не может повлиять на ситуацию. От этого он будет еще больше расстраиваться, плакать и рассказывать, какой он бедный и несчастный. Такое отношение ничему ребенка не научит. Ваша задача — как можно быстрее успокоить ребенка, при этом самому эмоционально не включаться в ситуацию. Попросите его подышать, попрыгать или пойти умыться. Так ребенок поймет, какой способ успокоиться ему помогает лучше всего, и вскоре научится успокаиваться сам, без посторонней помощи.

**3. Не ругайте ребенка, а постарайтесь понять, что он чувствует.**

С ребенком, столкнувшимся с конфликтной ситуацией, нельзя не только сюсюкать, но и ругать. Если в первом случае вы приучаете ребенка к избеганию конфликта и к ощущению собственной безнаказанности (ведь что бы он не сделал, он будет бедный и несчастный), то во втором случае вы отталкиваете его от себя, и в следующий раз он предпочтет вам вовсе ничего не рассказывать.

Если ребенок обратился к вам за помощью, то после того как он успокоился и объяснил суть конфликта спросите, какие эмоции он испытывает и предложите варианты ответа. Чаще всего это страх, злость или обида. После того как вы выяснили что чувствует ваш ребенок, уточните у него, как он считает, почему он испытывает именно эту эмоцию. Попробуйте понять его чувства. Для ребенка очень важно разбираться в своих негативных эмоциях и научиться контролировать их.

**4. Не оставляйте конфликт неразрешенным, а помогите ребенку самому в нем разобраться.**

Когда ребенок успокоился и рассказал вам о своих чувствах, это еще не значит, что неприятная ситуация для него закрыта, ведь есть еще второй участник конфликта. Предложите ребенку поговорить с ним. Но сначала ему нужно спросить сверстника, готов ли он с ним разговаривать. После попросите ребенка рассказать обидчику, что конкретно в его действиях ему было неприятно и попросить его больше так не делать, а затем выслушать то же самое в ответ.

После некоторой тренировки ребенок 7 — 8 лет вполне способен выстроить такой диалог. Если вы не уверены, что разговор пройдет гладко, то можете при нем присутствовать, только ни в коем случае не вмешивайтесь.

**5. Не говорите ребенку «больше так не делай», а спросите, что он может сделать, чтобы такой ситуации больше не произошло?**

Эти две фразы принципиально разные. В первом случае вы даете ребенку установку держаться от проблем подальше. Это значит, что если ребенок даже в интересном и увлекающем его занятии может усмотреть риск конфликта, то предпочтет в нем не участвовать, следовательно не получит не только отрицательных, но и положительных эмоций. Ведь в любой подвижной игре или командном занятии есть риск с кем-то поссориться.

Во втором же случае мы подталкиваем ребенка к рассуждению о том, как он может изменить свое поведение, чтобы не испытывать обиду, злость или страх тогда, когда этого можно избежать. При этом не важно, является ли ваш ребенок зачинщиком или жертвой конфликта. Из любой ситуации можно и нужно вынести урок. Это кредо взрослого человека, умеющего отвечать за свои поступки. А взрослые люди, как мы все знаем, берутся из детства и здесь нет исключений.

Кроме того вопрос «Что ты можешь сделать, чтобы этого не произошло?» «Или что ты можешь сделать по-другому в подобной ситуации?» дает ребенку понять, что он может влиять на то, что с ним происходит и учится распознавать причину и следствие своих действий.

**6. Никогда не выясняйте отношения с чужим ребенком, а обратитесь за помощью к воспитателю, классному руководителю или родителю ребенка.**

Если вы понимаете, что ту или иную ситуацию невозможно решить на детском уровне, то не пытайтесь выяснить отношение с чужим ребенком. Это приведет к тому, что участников конфликта, будет уже не двое, а как минимум четверо, ведь другой родитель уже точно не останется в стороне, и маленькая ссора из-за неподеленной лопатки в песочнице может перерасти в междоусобные бои двух семейств. Важно понимать, что подойти разбираться к чужому ребенку могут заставить только эмоции. Родитель в спокойном состоянии никогда так не поступит. А это значит, что прежде чем решать проблему ребёнка, вам сначала нужно успокоится. В противном случае вы только усугубите сложившуюся ситуацию, и ребенок не научится разрешать подобные конфликты в будущем, так как будет копировать вашу модель поведения.

Если дети не могут разобраться сами или ситуация требует вмешательства взрослых, то обратитесь к родителю другого ребенка напрямую и объясните сложившуюся ситуацию.

Если же конфликт произошел в детском садике или школе, то сообщите о случившемся воспитателю или классному руководителю. Педагог сможет поговорить с детьми без привлечения взрослых.

*К сожалению, вы не всегда сможете оказаться рядом с ребенком в конфликтной ситуации, поэтому необходимо объяснить ребенку несколько важных правил:*

**1.Если ты ударишь, то будь готов, что тебя ударят в ответ.**

Быть готовым в этом случае не значит сгруппироваться и ждать ответного удара, а понимать ответственность за свои поступки. Ребенок должен понимать, что если он принимает решение ударить, то скорее всего драки не миновать. К этой казалось бы аксиоме дети не всегда готовы и очень удивляются, когда им дают сдачи. Это значит, что причинно — следственная связь у них недостаточно хорошо сформирована, и здесь есть над чем поработать родителям.

**2. Всегда говори, что тебе не нравится**

Если с вашим ребенком поступают так, как ему не нравится, он должен уметь об этом сказать. И не важно кому — сверстнику или взрослому. Ребенок должен уметь выстраивать свои границы. Главное делать это спокойно, в принятых рамках. Такой разговор можно начать с фразы «Мне не нравится, что ты дергаешь меня за косичку, пожалуйста перестань это делать» или «Зачем ты берешь без спроса мои игрушки? Мне это не приятно. Ты бы мог попросить».

Если ребенок научится так общаться со сверстниками, то конфликтные ситуации, заканчивающиеся дракой или слезами, будут встречаться в его жизни крайне редко. Ведь, как мы знаем, основными причинами конфликтов являются недопонимание и недоговоренности.

**3. Сначала попытайся разобраться в ситуации сам, а затем обратись к взрослому.**

Дети очень не любят «стукачей». Но «стукач» это тот, кто при первой же возможности бежит жаловаться к взрослому, что его кто-то обидел. Здесь же ситуация совершенно другая. Сначала ребенок пытается разобраться в ситуации сам — объяснить сверстнику, что и почему ему неприятно или просто пытается с ним помириться после драки или ссоры. Если же ребята понимают, что у них никак не получается договориться, то они могут вместе подойти к взрослому, но не для того чтобы пожаловаться, а чтобы решить проблему. Конечно, такая модель работает только когда у ребенка под рукой есть адекватный взрослый, который действительно попытается решить проблему, а не искать кто прав, а кто виноват.

**4. Защищать кого-то — нормально.**

Если ребенок видит, что кого-то несправедливо обижают, то его право защитить этого человека. Но тогда он должен понимать, что тоже становится участником конфликта, и для того чтобы действительно помочь, а не увязнуть в этой трясине, ему нужно разобраться в сути конфликта и предложить какие — либо решения. Конечно, это уже мастерский уровень, но если ваш ребенок испытывает сочувствие к окружающим — это прекрасно, и не нужно говорить ему: «Не лезь в чужие дела». Это учит его быть безразличным. Просто объясните ему все опасности такой ситуации и дайте возможность самостоятельно делать выбор — помогать или не помогать.

**5. Испытывать негативные эмоции — нормально.**

Злиться, бояться, обижаться — это абсолютно нормально. Только нужно с этими эмоциями уметь справляться. Помогите ребенку найти способы регуляции своих эмоций, ведь если эмоции, а не разум управляют человеком, то вряд ли у него получится решить конфликт. Для этого ребенок должен хорошо понимать, какую конкретную эмоцию он сейчас испытывает, и вместе с вами выработать способ ее контроля.

Конечно, даже если вы будете безукоризненно следовать всем пунктам, то это вовсе не означает, что ребенок научится мгновенно разрешать все конфликты. Ребенку нужно будет ни раз и ни два столкнуться с конфликтной ситуацией, чтобы научиться с ней справляться. А справляться — значит понимать, что конфликтов избежать невозможно и не нужно их бояться.

Однажды вы очень удивитесь, когда увидите, как ваш ребенок не полез в драку, а уступил в ненужном споре или объяснил сверстнику свою позицию.

Но самый ценный навык, который вы можете сформировать у своего ребенка — научиться не создавать конфликт.