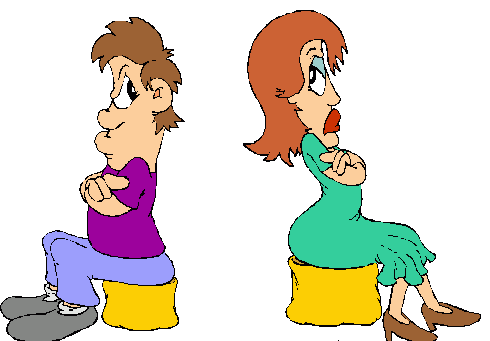
***Конфликты. Разрешение конфликтов в семье***

Всякий раз перед тем, как выбрать тот или иной способ поведения в конфликтной ситуации, постарайтесь понять причины конфликта. Предлагаем вам несколько эффективных способов поведения в конфликтной ситуации с ребёнком.

****

**1. «Тайм-аут».** Если ваш ребёнок закатил вам истерику, то постарайтесь не обращать внимание. Не реагируйте, не кричите, не разговаривайте до тех пор, пока ребенок не прекратит капризничать. Займитесь своими делами, но не упускайте ребёнка из поля зрения.

**2. Переключайте внимание.** Например, если ребенок требует купить ему в магазине очередную игрушку и уже готов разрыдаться, постарайтесь быстро переключить его внимание.

**3. Поделитесь личным опытом.** Помните о том, что ребёнок копирует родителей, и именно вы являетесь для него примером правильного поведения.

**4. Покажите примеры конфликтных ситуаций на других людях.** Смотрите вместе фильмы, читайте книги, где есть различные конфликтные ситуации, затем обсуждайте.

**5. Учите ответственности за принятие решения.** Поощряйте ребёнка к тому, чтобы он сам принимал решения и брал на себя ответственность.

**6. Не позволяйте ребёнку проявлять физическую агрессию.** Никогда не разрешайте ребёнку бить вас и других. Просто обнимите и прижмите его к себе.

**7. Критикуйте правильно.** Всегда помните о том, что критика больно ранит любого человека, поэтому старайтесь её смягчить небольшой похвалой.

**8. Право выбора.** Предоставляйте ребёнку самому выбирать, в чём идти в школу, что кушать на завтрак, так вы его приучите к ответственности и самостоятельности.

**9. Учите сочувствию.** Когда ваш ребёнок вам нагрубил, постарайтесь с максимальным спокойствием рассказать, что вам очень больно это слышать, и вы считаете это несправедливым.

**10. Юмор.** Используйте юмор в воспитании, но будьте осторожными, не перегибайте палку.

**11. Последовательность.** Будьте последовательны в своих просьбах к ребёнку и не давайте много заданий сразу. Распределяйте свои просьбы по мере их исполнения.

**12. Как правильно говорить «Нет».** «Нет» надо произносить чётко и твёрдо. Весь ваш вид должен выражать запрет.

**13. Правильный тон.** Если вы чувствуете, что ваше терпение заканчивается, то прежде чем что-то сказать, постарайтесь хотя бы немного остыть.

**14. Учитесь слушать.** Когда произошёл конфликт, необходимо предоставить возможность высказаться и ребёнку. Как слушать правильно: для начала, сядьте напротив ребёнка, желательно так, чтобы ваши глаза были на одном уровне. Показывайте ребёнку, что вы внимательно его слушаете, говорите о том, что понимаете его чувства. Когда ребёнок увидит вашу поддержку и понимание, то ему будет проще вам довериться и открыться.

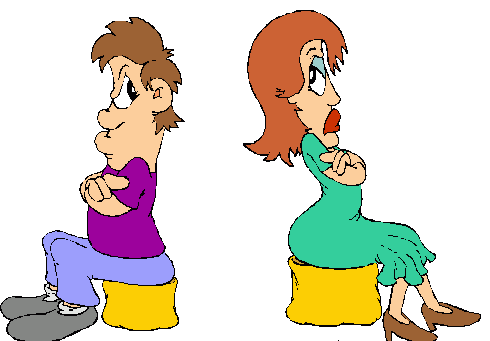
**15. Непрямые угрозы.** Если вы решили пригрозить ребёнку лишением чего-либо, то это должно быть реально и справедливо.

**16. Составление договора.** Придумайте договор о правилах поведения. Составьте его точно и ясно.

***Успехов Вам!***

***Конфликты. Разрешение конфликтов в семье***

Всякий раз перед тем, как выбрать тот или иной способ поведения в конфликтной ситуации, постарайтесь понять причины конфликта. Предлагаем вам несколько эффективных способов поведения в конфликтной ситуации с ребёнком.

****

**1. «Тайм-аут».** Если ваш ребёнок закатил вам истерику, то постарайтесь не обращать внимание. Не реагируйте, не кричите, не разговаривайте до тех пор, пока ребенок не прекратит капризничать. Займитесь своими делами, но не упускайте ребёнка из поля зрения.

**2. Переключайте внимание.** Например, если ребенок требует купить ему в магазине очередную игрушку и уже готов разрыдаться, постарайтесь быстро переключить его внимание.

**3. Поделитесь личным опытом.** Помните о том, что ребёнок копирует родителей и именно вы являетесь для него примером правильного поведения.

**4. Покажите примеры конфликтных ситуаций на других людях.** Смотрите вместе фильмы, читайте книги, где есть различные конфликтные ситуации, затем обсуждайте.

**5. Учите ответственности за принятие решения.** Поощряйте ребёнка к тому, чтобы он сам принимал решения и брал на себя ответственность.

**6. Не позволяйте ребёнку проявлять физическую агрессию.** Никогда не разрешайте ребёнку бить вас и других. Просто обнимите и прижмите его к себе.

**7. Критикуйте правильно.** Всегда помните о том, что критика больно ранит любого человека, поэтому старайтесь её смягчить небольшой похвалой.

**8. Право выбора.** Предоставляйте ребёнку самому выбирать, в чём идти в школу, что кушать на завтрак, так вы его приучите к ответственности и самостоятельности.

**9. Учите сочувствию.** Когда ваш ребёнок вам нагрубил, постарайтесь с максимальным спокойствием рассказать, что вам очень больно это слышать, и вы считаете это несправедливым.

**10. Юмор.** Используйте юмор в воспитании, но будьте осторожными, не перегибайте палку.

**11. Последовательность.** Будьте последовательны в своих просьбах к ребёнку и не давайте много заданий сразу. Распределяйте свои просьбы по мере их исполнения.

**12. Как правильно говорить «Нет».** «Нет» надо произносить чётко и твёрдо. Весь ваш вид должен выражать запрет.

**13. Правильный тон.** Если вы чувствуете, что ваше терпение заканчивается, то прежде чем что-то сказать, постарайтесь хотя бы немного остыть.

**14. Учитесь слушать.** Когда произошёл конфликт, необходимо предоставить возможность высказаться и ребёнку. Как слушать правильно: для начала, сядьте напротив ребёнка, желательно так, чтобы ваши глаза были на одном уровне. Показывайте ребёнку, что вы внимательно его слушаете, говорите о том, что понимаете его чувства. Когда ребёнок увидит вашу поддержку и понимание, то ему будет проще вам довериться и открыться.

**15. Непрямые угрозы.** Если вы решили пригрозить ребёнку лишением чего-либо, то это должно быть реально и справедливо.

**16. Составление договора.** Придумайте договор о правилах поведения. Составьте его точно и ясно.

***Успехов Вам!***