



«Конфликты младших школьников»

(рекомендации для родителей младших школьников)



Детство – это тренировочная площадка, где дети учатся контактировать с окружающим миром. Это ежедневный социальный опыт, с помощью которого они развивают и укрепляют свои навыки социального общения. Помочь им правильно управлять собой в конфликтных ситуациях, сообщать о своих потребностях и желаниях и эффективно решать споры – сложная задача, требующая от родителей четкого понимания и практических стратегий.

Что такое конфликт?

Конфликт можно описать как несогласие с чьим-либо мнением или спор между двумя и более людьми, у которых есть разногласия во взглядах на

поведение или мнение кого-либо. При этом конфликт может быть гораздо более сложным, чем просто спор.

Сложность конфликта зависит от восприятия действительности людьми, которые вовлечены в конфликт, – их потребностей, желаний, идей или ценностей. Сложность зависит от того, насколько эмоционально реагируют люди – испытывают ли они гнев, угнетение или боль. Конфликт можно разрешить или усугубить в зависимости от того, как ведут себя конфликтующие стороны: сочувственно ли выслушивают оппонента, разговаривают спокойно или повышают голос, проявляют физическую агрессию или оскорбляют.

Конфликт инициируется различиями, которые неизбежно присутствуют у людей, и зависит от их реакции и взаимодействия.

Чего следует ожидать?

В течение всей своей детской жизни дети участвуют в большом количестве социальных взаимодействий. Они управляют огромным множеством различных отношений с разными людьми – учителями, друзьями, одноклассниками, братьями и сестрами, родителями и другими родственниками. Поэтому часто в своей повседневной жизни дети неизбежно находятся в некоторой форме конфликта.

Спор может возникнуть тогда, когда мнение ребенка, его потребности или желание отличаются от мнения, потребностей или желания друзей, родственников или родителей. Ребенок реагирует эмоционально и может рассердиться, расстроиться, испугаться, или обидеться. Эти эмоции и страхи могут привести к такому поведению, как крик, оскорбление или физическая агрессия, при этом обычная дискуссия может превратиться в серьезный спор.

Следует знать, что дети с плохими навыками разрешения конфликтов, скорее всего, испытывают следующие переживания:

- повышенную агрессивность;
- социальную изоляцию;
- депрессию;
- одиночество;
- тревогу.

У тех, кто может разрешить конфликт мирным путем, больше шансов на то, что их сверстники примут их, в то время как детей, которые делают

неправильный выбор своей поведенческой реакции в конфликтной ситуации, скорее всего, сверстники отвергнут.

Что вы можете предпринять?

Существует самый лучший способ добиться самостоятельности ребенка, научить его рассуждать и находить компромисс. Тут важно родительское вмешательство в сочетании с вовлечением ребенка в процесс урегулирования конфликта. Так как дети спорят по самым разным причинам, перед родителями стоит сложная задача определить, когда необходимо продолжить спор, а когда нужно вмешаться и остановить его, когда выступить посредником, а когда позволить детям разобраться в происходящем самостоятельно. Родителям стоит посмотреть на ситуацию с точки зрения того, что, когда дети спорят и разрешают свои споры, они растут и приобретают важные социальные навыки.

Иногда родителям стоит вмешаться, чтобы обеспечить безопасность ребенка и предупредить ухудшение ситуации. Однако вмешательство в спор не всегда означает полный и тотальный контроль над ситуацией и установление своих правил. Родительское вмешательство может иметь вид посредничества, когда родители играют активную роль и оказывают помощь детям в управлении своими эмоциями, обсуждении своих потребностей и генерировании собственных решений.

- **Моделируйте позитивное разрешение конфликта.** То, как взрослый решает собственные конфликты, оказывает большое влияние на детей. Родители, которые кричат друг на друга во время разногласий, угрожают, оскорбляют, жестоки или агрессивны, неосознанно дают ребенку понять, что такое поведение является приемлемым способом урегулирования разногласий. Моделирование позитивного разрешения конфликтов, в том числе сочувствия и сопереживания, творческого решения проблем и контроля эмоций, дает детям отличный пример.
- **Создавайте безопасную среду для поддержки ребенка.** Когда дети попадают в беду, родителям приходится нелегко, поэтому важно контролировать собственные эмоции. Сохраняйте спокойствие и выслушайте вашего ребенка с пониманием, сочувствием и любящей поддержкой. Помогите детям чувствовать себя комфортно и безопасно, позвольте им выражаться открыто и честно, не опасаясь негативной или эмоциональной реакции.

Независимо от ситуации, обучение детей умению разрешать конфликты помогает им расти и развивать положительные социальные и эмоциональные навыки. Использование личного опыта – это лишь один из способов ведения переговоров и разрешения конфликтов.

- **Используйте эффективное общение.** Непредвзятый разговор с ребенком, активное выслушивание помогают ему успокоиться, разобраться в своих чувствах, выяснить, в чем проблема, и найти ее решение.
- **Прорабатывайте эмоции и чувства детей.** Обсуждайте и обговаривайте с детьми их эмоции и чувства – они злятся, грустят, разочарованы, взволнованы, испытывают чувство неловкости или страха?
- **Научите их успокаиваться и освобождаться от сдерживаемых эмоций.** Это может быть что угодно – от глубокого дыхания и релаксации до физической деятельности, письма или рисования.
- **Разберитесь, чего они хотят.** Разговор с ребенком помогает ему успокоиться и начать понимать свои собственные мотивы – что он действительно хочет или в чем нуждается, чего хочет другой ребенок и что он, в свою очередь, чувствует.

Практические советы родителям

Изучайте практические приемы общения. Существуют некоторые практические техники, которые вы можете предложить своим детям, чтобы более эффективно общаться в пылу ссоры или после того, как они успокоились. Вместе с детьми вы даже можете обыграть некоторые модели поведения.

- Быть добрым – трудно конфликтовать с добрым человеком.
- Избегать обидных оскорблений – это может только ухудшить ситуацию.
- Разговаривать с оппонентом о проблеме прямо и честно – так точка зрения каждого будет услышана.
- Внимательно прислушиваться к другим и повторять то, что они сказали – это дает возможность услышать собеседника и исправить недоразумения.
- Использовать местоимение «я», где это возможно – в ходе обсуждения с помощью «я» убирается подтекст вины. Например: «Я чувствую себя расстроенным, когда ты не играешь со мной» вместо: «Ты меня избегаешь и никогда не играешь со мной».

Ищите независимое решение проблемы. Будем надеяться, что на этой стадии дети уже определили, в чем проблема, и приступили к ее разрешению. После нескольких тренировок с родителями они научатся делать это самостоятельно.

- При поиске решения используйте «мозговой штурм» – напишите развернутый список идей о том, как разрешить конфликт по мере того, как они приходят в голову.

- Будь гибким, чтобы найти место для компромисса и прийти к взаимовыгодному решению. Соглашайся с решением проблемы и следуй ему.
- Думай о возможных последствиях своих решений.