

Памятка для родителей «Правила бесконфликтного общения»

Уважаемые родители!

Очень сложно бывает взрослым понять и принять ребенка. Особенно если ребенок вырос и уже считает себя вполне самостоятельным. Будет ли в вашей семье мир и покой - очень многое зависит от родителей. Будьте мудрыми, избегайте конфликтов, чтобы не провоцировать ребенка. В этом помогут следующие правила поведения.

1. Дайте свободу. Свыкнитесь с мыслью, что ребенок уже вырос и далее удерживать его возле себя, не удастся, а непослушание – это стремление выйти из-под вашей опеки. Но, говоря о свободе, не забывайте философскую притчу о хомячке и коте Ваське. Жил у одного хозяина в клетке симпатичный хомячок и все время просил хозяина выпустить его на свободу, царапал дверцу клетки, умолял, просил открыть ее. А рядом с клеткой сидел кот Васька и тоже, проникнувшись сочувствием к судьбе узника, просил хозяина дать зверьку свободу. Но мудрый хозяин не выпускал хомячка, пока в комнате находился кот, ибо он прекрасно понимал, что свобода может иметь разные границы. Это поучительная притча, особенно для тех «хозяев», у которых подрастают дочери.

2. Избегайте нотаций. Больше всего подростка бесят нудные поучительные родительские нравоучения. Измените стиль общения: перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд и собственные выводы. Особенно болезненно дети воспринимают критику взрослых в области моды и музыки. У разных поколений разные музыкальные пристрастия. И здесь взрослым надо быть мудрее и терпимее своих детей.

3. Идите на компромисс. Еще никому ничего не удалось доказать с помощью скандала. Здесь не бывает победителей. Когда и родители, и подростки охвачены негативными бурными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает. Уступайте друг другу!

4. Уступает тот, кто умнее. Костер ссоры быстро погаснет, если в него не подбрасывать дров. Чтобы скандал прекратился, кто-то должен первым замолчать. Взрослому это сделать легче, чем подростку с его неустойчивой психикой. Запомните: лавры победителя в отношениях с собственными детьми не украшают. Особенно болезненно подросток это воспринимает, когда конфликт происходит на глазах сверстников.

5. Не надо обижать. Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопаний дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребенок учится у нас.

6. Будьте тверды и последовательны. Родители, помните! Дети – отличные психологи. Они прекрасно чувствуют слабость старших. Поэтому, несмотря на нашу готовность к компромиссу, сын или дочь должны знать, что родительский авторитет незыблем, если же взрослые демонстрируют подростку собственную несдержанность, истеричность, непоследовательность, трудно ждать от него хорошего поведения.

Рекомендации для родителей

Шесть секретов, как жить без конфликта:

1. Умение слушать.
2. Умение справляться со стрессом, владеть своими эмоциями.
3. Умение сохранять уверенность в себе, постоять за себя.
4. Умение критиковать и правильно реагировать на критику.
5. Умение принимать решение.
6. Умение уважать друг друга, и начинать эту науку нужно с себя.

Советы родителям

- Прежде чем Вы вступаете в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат от этого Вы хотите получить.
- Утвердитесь в том, что этот результат для Вас действительно важен.
- В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
- Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
- Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
- Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
- Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать от стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
- Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
- Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента.
- Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее вас.