***Родительский практикум***

***Алгоритм действий в конфликтной ситуации***

Данный алгоритм предполагает уважительный диалог между участниками конфликта. Это сложно сделать, особенно когда у сторон нет опыта подобного общения, и градус эмоций зашкаливает. Но это нужно сделать! И в первую очередь родителям. Дать ребенку пример того, что своими эмоциями можно управлять, что его понимают и с ним считаются, и, что совместными усилиями можно найти решение.

1. Прояснение ситуации.

* Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема, а именно:
* что он хочет или не хочет,
* что ему нужно или важно,
* что его затрудняет и так далее.

Делает он это в стиле активного прислушивания, то есть обязательно озвучивает (повторяет, как он это понял) желание, потребность или затруднение ребенка.

* После этого родитель говорит о своем желании или проблеме, используя форму «Я-сообщения». Например: «Знаешь, я очень ждала этой передачи» (вместо: «Ты что, не знаешь, что я смотрю ее каждый день?!»). Будте искренними, дайте понять ребенку, что вы чувствуете и как вы видите ситуацию.

1. Сбор предложений.

* Этот этап начинается с вопроса: «Как же нам быть?», «Что же нам придумать?» или «Как нам поступить?». После этого надо обязательно подождать, дать возможность ребенку первому предложить решение (или решения), и только затем предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое неподходящее, с точки зрения взрослого, предложение, не отвергается. Сначала предложения просто набираются «в корзинку». Если предложений много, их можно записать на листе бумаги.

1. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.

* На этом этапе проходит совместное обсуждение предложений. «Стороны» к этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения. Когда в обсуждении участвует несколько сторон, наиболее приемлемым считается предложение, которое устраивает всех участников.

1. Детализация решения.

* После того, как был выбран путь разрешения конфликтной ситуации, необходимо продумать его реализацию вплоть до малейших деталей. Постарайтесь обсудить как можно больше нюансов и конкретных шагов с обоих сторон.

Бывают ситуации, когда устраивающего всех решения нет. Лучше всего – взять «тайм-аут» и вернуться к обсуждению позже. Но даже, если компромисс не будет найден, в ходе диалога и родители и ребенок будут максимально информированы о позициях, чувствах и возможных действиях друг друга. И это тоже важно.