**«Правила общения при конфликте с ребёнком»**

**Будучи в позиции слушающего**:

1. проявляйте терпимость: не прерывайте ребёнка, не мешайте; прежде чем что-то сказать, хорошо подумайте, убедитесь, что вы хотите сказать именно это; помните, что ваша задача как слушающего- помочь ребёнку в выражении, высказывании своих проблем;

2. не давайте оценок ребёнку: если вы будете оценивать его чувства, то он станет защищаться или противоречить вам; старайтесь действительно понимать ребёнка;

3. не давайте советов: помните, что лучшие решения в конфликте---это те, к которым участники приходят сами, а не те, которые им кто-то подсказал; часто бывает трудно побороть желание дать совет, особенно когда ребёнок совершит достаточную душевную работу по самостоятельному поиску выхода из трудной ситуации.

**Будучи в позиции говорящего**:

1. не обвиняйте - не говорите, что всё произошло из-за недостатков ребёнка и не обвиняйте кого-то ещё в том, что случилось;

2. не придумывайте—не говорите ребёнку, что вы думаете о том, каковы его мотивы и желания, раньше, чем он сам о них что-то скажет;

3. не защищайтесь—сначала расскажите о своих действиях, мыслях и чувствах; сделайте это открыто и достаточно полно и только после этого можете ждать, что то же самое сделает и ребёнок;

4. не характеризуйте - не описывайте личность ребёнка, тем более говоря «ты невнимателен, эгоистичен, неопытен, молод и т.п., старайтесь говорить о том, что вас беспокоит по существу;

5. не обобщайте – избегайте использования слов «всегда», «никогда» в описании поведения ребёнка, приводите в пример конкретные факты и ситуации, которые вы оба с ребёнком хорошо помните.

Попытайтесь осмыслить предложенные вопросы и вам будет легче адекватно вести себя в конфликте.

1. Хочу ли я благоприятного исхода конфликта для нас обоих?

2.Как бы я чувствовал себя на его (её) месте?

3. Что он (она) пытается сказать?

4. Выслушал ли я его (её) как следует?

5. Что я хочу изменить?

6. Как я могу сказать это без обвинений и нападок?

7. Не злоупотребляю ли я властью?

8. Что я чувствую?

9. Возлагаю ли я на кого-то вину за свои чувства?

10. Поможет ли это делу, если я расскажу ему (ей) о том, что я чувствую?

11. Что я хочу изменить?

12.Избавился ли я от желания наказать его?

13.Что я могу сделать, чтобы лучше владеть моими чувствами? (Например, выразить свои чувства на бумаге, поговорить с другом, выколотить матрац).

14.Хочу ли я разрешить конфликт?