**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«РЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ»**

Конфликтная ситуация может коренным образом изменить вашу жизнь!

Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!

**СОВЕТЫ**

1. Прежде чем вы вступите в конфликт, подумайте над тем, какой результат от этого вы хотите получить.
2. Утвердитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться.

**Рекомендации родителям**

**«Как себя вести в конфликте с ребенком»**

1. ***Выясните, в чем состоит причина конфликта.***Для этого можно использовать как уточняющие вопросы (Как получилось, что ....?) или техники активного слушания, которые позволяют понять и назвать чувства другого человека без оценивания . И еще немаловажное условие: выяснение причин должно проходить после того, как Вы овладели своими чувства, без криков и ругани.
2. ***Четко сформулируйте, чего вы хотите и чего хочет ваш ребенок. К***

примеру: «Я хочу, чтобы посуда была чистой к моему приходу домой. Ты хочешь, чтобы у тебя было достаточно свободного времени для общения с друзьями».

1. ***Постарайтесь найти максимальное количество вариантов решения конфликта с учетом интересов всех участников*.**Возможно составления письменного списка. Желательно формулировать желаемое поведение . Чем более конкретные меры прописаны, тем больше вероятности, что они будут приняты и выполнены (Вместо уборки в комнате - сложить вещи в шкафу и порядок с книгами на письменном столе).
2. ***Совместно дайте оценку всем вариантам и выберите тот, который максимально соответствует интересам всех участников взаимодействия.***

Будьте гибкими, если желаете достичь главного - разрешения конфликта.

***5 .Договоритесь действовать в соответствии с данным вариантом, старайтесь следовать договоренностям,***желательно с указанием срока договоренности. К примеру, наш договор действует в течение следующей недели. В случае нарушения договоренности не судите строго ни ребенка, ни себя. Возможно, причина в том, что при выборе решения кто - то был не совсем искренним и на самом - то деле предложенный выход из ситуации кого - то не устраивал. Имеет смысл пересмотреть договоренность и вновь прийти к обоюдному согласию.