Конфликтные ситуации. Пути их решения.

Ребенок пошел в детский сад, какие же ожидания у родителей в связи с этим событием – это приобретение ребенком новых навыков, общение с детьми, приводящее к появлению новых друзей и, конечно же, подготовка ребенка к школе. Абсолютно никто из родителей не ждет, что у ребенка могут возникнуть некоторые проблемы в детском саду.

Детский сад – это первый социум, первая ступенька социализации. Уже здесь ребёнок получает свои первые уроки жизни, не стоит его излишне оберегать, иначе во взрослой жизни он будет более зависим от вас, менее самостоятелен и менее уверен в себе. Неизбежность ссор в детском саду, связано с тем, что у детей разные интересы, потребности, воспитание и поведение.

В детском возрасте конфликтных ситуаций великое множество и во многих из них порой бывает трудно разобраться. Все детские ссоры обычно разрешаются сами собой, и поэтому к ним надо относиться как к естественным явлениям жизни. Небольшие стычки и ссоры можно расценить как первые жизненные уроки взаимодействия с людьми, с окружающим миром, этап обучения методом проб и ошибок, без которого ребенок не может обойтись.

Родители детей должны помнить, что детский сад для детей, является, как бы детской моделью взрослого общества. В нем общаются девочки и мальчики, с разными привычками и характерами. В нем есть и те, которые уже успели подружиться, и новенькие ребята. Именно в таком обществе ребенок учится тому, что в дальнейшем ему обязательно понадобится для успешной жизни в социуме.

Взрослым без особой необходимости не стоит вступать в ссоры детей. Надо, чтобы они научились самостоятельно выходить из спорных ситуаций и прекращать конфликты. Взрослым, необходимо сначала выяснить у своего ребенка все обстоятельства. Когда и кто обижал, за что, почему и как? Возможно, вам после разговора со своим ребенком станет ясна причина. Может потребоваться порекомендовать ребенку, как вести себя, как реагировать на обидчика. Попробуйте вместе скорректировать его поведение.

Задача взрослых состоит в том, чтобы научить детей некоторым правилам жизни среди других людей (каждый – человек, со своими желаниями, переживаниями), в которые входит умение выразить свое желание, выслушать желание другого, договориться. При этом ребенок должен быть равноправным участником этого процесса, а не просто слепо подчиняться требованиям взрослого или более сильного партнера (находить выход из сложившейся ситуации, варианты решения конфликта).

Что делать, если возникают проблематичные ситуации в детском саду у ребенка? Во-первых, нужно спокойно разобраться в самой проблеме и не рубить с плеча. Виновником может оказаться любой человек и даже сам ребенок, поэтому определив причину проблемы, в основном сразу можно и определить дальнейшие действия.

Некоторые родители очень болезненно реагируют даже на небольшую царапину или синяк, принесенный ребенком из детского сада. Ответной реакцией может быть претензия к воспитателю, который «недосмотрел» за ребенком, или агрессия по отношению к «злостному обидчику». Излишняя же озабоченность родителей только нервирует малыша, настраивает его против детского сада. «Кто тебя толкнул? Почему он тебе так сказал? А был ли ты первый? А почему тебе не дали стихотворения? А почему тебе воспитательница положила одну котлету, а не две?» - будучи весьма прозорливыми психологами, дети быстро понимают, что взрослого интересуют, прежде всего, негативные рассказы о детях или воспитателях, и, подлаживаясь под родителя, ребенок начинает сочинять такие истории «специально для мамы». Это обычно происходит в возрасте 5-6 лет, когда дети уже понимают, как можно манипулировать людьми. Искусственно создавая конфликт, они стоят в стороне и смотрят, «что произойдет», получая от этого жгучее удовольствие и утоляя свое любопытство. Поэтому родители должны научиться спокойно и с пониманием относиться к таким вещам.

Когда любимое дитя, приходя из садика, рассказывает вам о том, что он с кем-то поссорился, кто-то его обидел, первым вашим побуждением может быть, немедленно отправиться в сад и «разобраться» с обидчиками ненаглядного крошки: побеседовать с родителями, поставить в известность воспитателей. И тут вы должны решительно сказать себе: «Стоп!».

Если вы понимаете, что конфликтная ситуация, сложившаяся в детском саду, достаточно острая и требует вмешательства взрослых, говорите с воспитателями и родителями (но не с ребенком, которого считаете зачинщиком конфликта!). Причем это должно быть не требование «немедленно прекратить», а приглашение вместе разобраться в ситуации.

Крайне редко бывает, чтобы конфликт был создан одним ребенком-«злодеем», а остальные (и ваш в том числе) были лишь невинными жертвами. Как правило, ситуация оказывается гораздо запутаннее и многограннее и каждый из участников вносит в нее свой вклад.

Если у вашего ребенка есть в группе какой-то определенный, постоянный «враг», то лучшее, что вы можете сделать, — это постараться наладить отношения между детьми помимо садика. Вполне вероятно, что первоначальная причина ссоры была совершенно пустяковой, а дальнейшая «эскалация» конфликта происходит чисто автоматически.

Познакомьтесь с родителями «оппонента», попробуйте вместе погулять с детьми после садика. Если отношения (хотя бы поначалу между взрослыми) начнут налаживаться, можно пригласить этого ребенка в гости, вместе сводить детей в кафе или в театр. Очень часто при минимальном участии родителей с обеих сторон бывшие враги становятся лучшими друзьями. Ну а если такое мирное урегулирование оказывается невозможным, то учите своего ребенка просто держаться подальше от обидчика, больше общаться с другими детьми. И только в том случае, когда никакие меры не помогают решить проблему и ваш ребенок по-прежнему

подвергается постоянным нападкам, можно переходить к достаточно жесткому разговору с родителями и воспитателем.

Основные правила, которым необходимо придерживаться родителям в этом случае:

- При ссорах и обидах между сверстниками в группе, рекомендуется приводить им примеры из жизни других детей, которые тоже часто ссорились, но научились находить правильные выход из такой ситуации.

- Если ребенок часто ссорится в детском саду, то стоит подумать об отношениях в семье.

- Взрослые должны рассказать малышу о некоторых правилах поведения – например, нельзя толкаться, отбирать чужие игрушки, кидаться камнями, песком.

- Ребенок должен самостоятельно понять, как правильно поступать в конфликтной ситуации – свои выводы навязывать не рекомендуется.

- Пресекайте попытки ребенка провоцировать ссоры.

- Стремитесь прекратить ссору, не обвиняйте другого ребенка в возникновении конфликта и защищая своего.

- Старайтесь объективно разобраться в причинах конфликтной ситуации.

- После конфликта проанализируйте его причины и те неправильные действия вашего ребенка, которые привели к ссоре. Постарайтесь вместе с ребенком определить возможные способы выхода из конфликтной ситуации.

- Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя план «мести». Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и принимаете его.

А также: для конструктивного решения проблемы взрослых, следует соблюдать некоторые моменты:

1. Два возбужденных человека не могут прийти к согласию, надо сначала успокоиться;

2. Умейте сдерживать свои эмоции, даже если вас провоцируют, ибо «сильнее всех – владеющий собой».

3. Уважайте личность другого, он имеет право на собственные взгляды.

Лучшая ссора – это та, которая когда-нибудь заканчивается. Неплохо, если при этом все её участники смогут сохранить своё лицо, тогда ребёнок на самом деле получит важный для своей будущей жизни урок, а именно, что надо искать компромиссы, а конфликты вполне можно свести «на нет» или же найти альтернативное решение спора. Поэтому ссоры, в которых

поставлена точка, страшны только наполовину. «Точку» ребёнку легко заметить, если родители после окончания конфликта сигналят: «Всё закончилось!

Взрослым часто кажется, что у детей все так просто, а это целый мир не менее сложный, чем наш!

Упражнение «Яблоко и червячок» *(мягко и спокойно):* Сядьте поудобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы — яблоко. Спелое, сочное, красивое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любуются вами, восхищаются. Вдруг, откуда ни возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!». Что бы вы ответили червяку? Откройте глаза и запишите свой ответ.

Слово «конфликт», в переводе с латинского, означает «столкновение». Как правило, о негативных последствиях конфликта говорят много: это и большие эмоциональные затраты, и ухудшение здоровья, и снижение работоспособности. Однако конфликт может выполнять и позитивные функции: он способствует получению новой информации, разрядке напряженности, стимулирует позитивные изменения, помогает прояснить отношения.

Причины конфликта различны:

- несоответствие целей;
- недостаточная информированность сторон о событии;
- некомпетентность одной из сторон;
- низкая культура поведения и др.

Специалисты, как правило, выделяют четыре стадии прохождения конфликта:

- возникновение конфликта (появление противоречия);
- осознание данной ситуации, как конфликтной, хотя бы одной из сторон;
- конфликтное поведение;
- исход конфликта.

Предложение способов разрешения конфликтных ситуаций. Для описания способов разрешения конфликтов К. Томас использует двухмерную модель, включающую в себя показатели внимания к интересам партнера и своим собственным и выделяет пять способов выхода из конфликтной ситуации.

Способы выхода из конфликтной ситуации (по К. Томасу).

- **Конкуренция** предполагает сосредоточение внимания только на своих интересах, полное игнорирование интересов партнера.
- **Избегание** характеризуется отсутствием внимания, как к своим интересам, так и к интересам партнера.
- **Компромисс** — достижение «половинчатой» выгоды каждой стороны.
- **Приспособление** предполагает повышенное внимание к интересам другого человека в ущерб собственным.

- **Сотрудничество** является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон.

Способы разрешения конфликтов,
стиль поведения в конфликтной ситуации

Стиль	Сущность стратегии	Условия применения	Недостатки
Соревнование	Стремление добиться своего, в ущерб другому.	Заинтересованность в победе. Обладание определенной властью. Необходимость срочного разрешения конфликта.	Испытание чувства неудовлетворенности при поражении и чувства вины при победе. Большая вероятность испортить отношения.
Уклонение	Уход от ответственности за принятие решений	Исход не очень важен. Отсутствие власти.	Большая вероятность перехода конфликта в скрытую форму.
Приспособление	Сглаживание разногласий за счет ущемления собственных интересов.	Предмет разногласия более важен для другого участника конфликта. Желание сохранить мир. Осознание собственной неправоты.	Нерешенность конфликта.
Компромисс	Поиск решений за счет взаимных уступок.	Одинаковая власть. Наличие взаимоисключающих интересов. Необходимость срочного разрешения конфликта.	Получение только половины ожидаемого. Лишь частичное устранение причин конфликта.
Сотрудничество	Поиск решения, удовлетворяющего всех участников.	Наличие времени, необходимого для разрешения конфликта. Заинтересованность обеих сторон. Четкое понимание точки зрения противника. Желание обеих сторон сохранить отношения	Временные и энергетические затраты.

В педагогической практике существует мнение, что наиболее эффективными способами выхода из конфликтной ситуации являются компромисс и сотрудничество. Однако, любая из стратегий может оказаться эффективной, поскольку у каждой есть свои как положительные, так и отрицательные стороны.

Упражнение: «Яблоко и червячок».

А теперь, когда вам известны способы выхода из конфликтной ситуации, проиллюстрируем их результатами нашего упражнения «Яблоко и червячок».

Примеры ответов участников семинара.

Конкуренция: «Сейчас, как упаду на тебя и раздавлю!»

Избегание: «Вон, посмотри, какая там симпатичная груша!»

Компромисс: «Ну, хорошо, откуси половинку, остальное оставь моим любимым хозяевам!»

Приспособление: «Такая, видимо, у меня доля тяжкая!»

Сотрудничество: «Посмотри, на земле есть уже упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные!»

Как бы нам не хотелось этого, едва ли возможно представить и, тем более, осуществить совершенно бесконфликтное взаимодействие между людьми. Иногда даже важнее не избежать конфликта, а грамотно выбрать стратегию поведения в конфликтной ситуации и привести стороны к конструктивному соглашению. Только переговоры, которые помогут выяснить истинные причины поведения, способствуют урегулированию взаимоотношений и установлению сотрудничества обеих сторон.

Рекомендации участнику конфликтной ситуации

Что важно помнить, если вы оказались втянутыми в конфликт.

1. Очень часто в ситуации конфликта неправильно воспринимаются собственные действия, намерения и позиции, равно как и поступки, и точки зрения оппонента. В результате, это приводит к усилению взаимных нападок и, как следствие, обострению конфликта.

К типичным искажениям восприятия относятся:

- **«Поиск соринки в глазу другого».** Каждый из противников видит недостатки и погрешности другого, но не осознает таких же недостатков у себя самого. Как правило, каждая из конфликтующих сторон склонна не замечать смысла собственных действий по отношению к оппоненту, но зато с негодованием реагирует на его действия.
- **«Двойная этика».** Даже тогда, когда противники осознают, что совершают одинаковые действия по отношению друг к другу, все равно собственные действия воспринимаются каждым из них как допустимые и законные, а действия оппонента – как нечестные и непозволительные.
- **«Все ясно».** Очень часто каждый из партнеров чрезмерно упрощает ситуацию конфликта, причем так, чтобы это подтверждало общее представление о том, что его достоинства хороши и правильны, а действия партнера – наоборот, плохи и неадекватны.

2. Основные условия конструктивного разрешения конфликтов – общение. Нормального общения можно добиться только с помощью жесткого контроля собственных эмоций. Один из самых эффективных способов справиться с негативными чувствами – беседа. Люди получают психологическое освобождение, если они просто расскажут о своих обидах.

Выполнение антистрессового упражнения:

Для поддержания стабильного психологического состояния у вас, а также для профилактики различных психосоматических расстройств, важно уметь забывать, как бы «стирать» из памяти конфликтные ситуации.

Сейчас мы проведем с вами упражнение на «стирание» антистрессовой ситуации. Сядьте и расслабьтесь. Закройте глаза. Представьте перед собой чистый альбомный лист бумаги, карандаши, ластик. Мысленно нарисуйте на листе негативную ситуацию, которую необходимо забыть. Это может быть реальная картинка, образная ассоциация, символ и т.д. Мысленно возьмите ластик и начинайте последовательно «стирать» с листа бумаги представленную ситуацию. «Стирайте» до тех пор, пока картинка не исчезнет с листа. Откройте глаза. Произведите проверку. Для этого, закройте глаза и представьте тот же лист бумаги. Если картинка не исчезла, снова возьмите ластик и «стирайте» до ее полного исчезновения. Через некоторое время методику можно повторить.

В результате выполнения антистрессовых упражнений, восстанавливается межполушарное взаимодействие и активизируется нейроэндокринный механизм, обеспечивающий адаптацию к стрессовой ситуации и постепенный психофизиологический выход из нее.

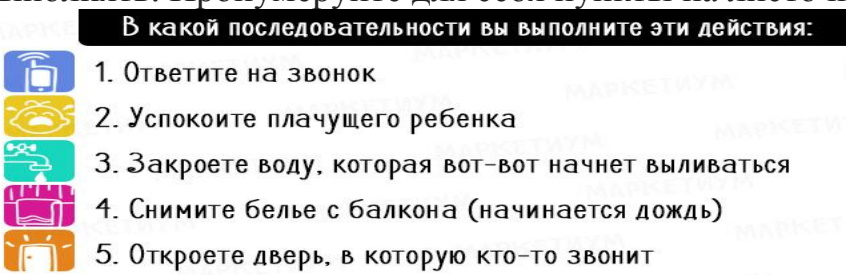
Тест «Приоритеты вашей жизни».

Узнайте, что для вас действительно важно

«Стремись не к тому, чтобы добиться успеха, а к тому, чтобы твоя жизнь имела смысл». Эти слова великого ученого Альберта Эйнштейна содержат в себе путеводную звезду для всех людей. Так и бывает на самом деле: большой успех не всегда приносит радость, а искреннее выполнение своей миссии порой делает человека абсолютно счастливым.

Но однозначных выводов, конечно, нет. Ведь в жизни каждого из нас есть приоритеты. С помощью следующего лаконичного теста вы сможете расставить приоритеты вашей жизни по местам.

В этом коротком тесте вам предлагают сделать пять дел. Внимательно посмотрите на них и решите, в какой последовательности вы будете их выполнять. Пронумеруйте для себя пункты на листочке.



Результаты теста

А вот ответы, которые помогут вам расшифровать символы и узнать ваши приоритеты.

- **Телефон** — это работа;
- **Ребенок** — это семья;
- **Кран** — это любовь;
- **Белье** — это деньги;
- **Дверь** — это друзья.