

ССОРЫ, ДРАКИ, ОБИДЫ

как разрешить детские конфликты мирно

КОНФЛИКТ — ЧТО ЭТО?

Конфликт — это столкновение противоположных целей, интересов, взглядов или мнений, которое приводит к негативным эмоциональным переживаниям.

В контексте взаимоотношений детей и подростков конфликты могут проявляться в виде споров, ссор, драк, обиды, буллинга.



КОГДА ВОЗНИКАЕТ?

Конфликты возникают тогда, когда участники не могут найти общий язык или договориться о решении проблемы мирным путём.

РАЗНОГЛАСИЯ, КОТОРЫЕ ВОЗНИКАЮТ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

разбираемся в видовых конфликтах



В ЧЁМ ПРИЧИНА КОНФЛИКТОВ?

Причины конфликтов среди детей и подростков разнообразны и зависят от многих факторов:

- Различия во взглядах и интересах** — у каждого человека свои представления о том, как лучше проводить время, в какие игры играть и кого считать другом.
- Эмоциональная незрелость** — состояние, при котором человек только учится контролировать свои эмоции. Из-за этого он может часто раздражаться и вступать в конфликты.
- Сорничество за внимание** — дети могут конкурировать за внимание родителей, учителей или сверстников, что также может стать причиной конфликтов.
- Неумение выражать свои чувства** — многие люди не всегда могут точно и ясно передать свои мысли и чувства, что приводит к недопониманию и конфликтам.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ КОНФЛИКТЫ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ И ПЕДАГОГАМ

Профилактика конфликтов требует комплексного подхода со стороны всех участников образовательного процесса и семейного воспитания.

Развитие коммуникативных навыков

Умение общаться — ключевой фактор предотвращения конфликтов. Важно научить детей и подростков слушать друг друга, уважительно высказывать своё мнение и находить компромиссы.

Это можно делать через ролевые игры, групповые обсуждения и тренинги.

Воспитание эмпатии

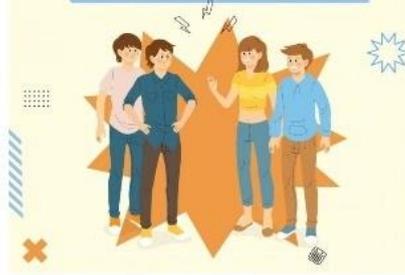
Эмпатия — способность понимать и чувствовать переживания другого человека. Если дети и подростки научатся сочувствовать своим сверстникам, они будут меньше склонны к агрессии и конфликтам.

Эмпатию можно развивать через чтение книг, просмотр фильмов и обсуждение чувств персонажей.



ПРОФИЛАКТИКА КОНФЛИКТОВ

среди детей и подростков



КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ КОНФЛИКТЫ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ И ПЕДАГОГАМ

Создание благоприятной атмосферы — В школе и дома должна царить атмосфера уважения и взаимопомощи. Учителям и родителям необходимо служить примером конструктивного разрешения конфликтов.

Важно поощрять позитивное поведение и помогать детям решать возникающие проблемы мирным путём.

Обучение навыкам саморегуляции — Дети и подростки должны уметь управлять своими эмоциями. Для этого можно использовать техники релаксации, дыхательные упражнения и медитацию.

Важно объяснить детям, что злость и раздражение — нормальные чувства, но нужно учиться справляться с ними без вреда для себя и окружающих.



ПРОФИЛАКТИКА КОНФЛИКТОВ

СОЗДАНИЕ АТМОСФЕРЫ ВЗАИМОПОНИМАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ

КОНФЛИКТЫ —

неотъемлемая часть жизни любого человека, особенно в детском и подростковом возрасте.

Конфликтные ситуации между детьми и подростками часто становятся источником стресса не только для самих участников конфликта, но и для их окружения.

Профилактика конфликтов —

важная задача педагогов, родителей и других взрослых, взаимодействующих с детьми.

Развивая у детей навыки общения, эмпатии и саморегуляции, создавая благоприятную атмосферу и оказывая необходимую поддержку, мы можем значительно снизить количество конфликтов и способствовать гармоничному развитию подрастающего поколения.



КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ КОНФЛИКТЫ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ И ПЕДАГОГАМ

Работа с самооценкой — Низкая самооценка часто становится причиной агрессивного поведения и участия в конфликтах.

Важно поддерживать детей и подростков, хвалить их за достижения и помогать им осознавать свою ценность и уникальность.

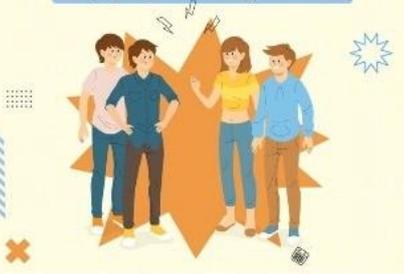
Психологическая поддержка — Иногда конфликты связаны с личными проблемами или трудностями, с которыми сталкиваются дети и подростки.

В этом случае необходима помощь психолога или консультанта, который поможет разобраться в причинах конфликта и предложит пути его решения.



ПРОФИЛАКТИКА КОНФЛИКТОВ

среди детей и подростков



Как устранить конфликты между детьми

Правило 1. Вместо того, что бы стараться не замечать негативные чувства ребенка по отношению к брату или сестре, осознайте их сами и помогите осознать ребенку. Назовите предполагаемое вами чувство ребенка, покажите, что вы его понимаете. Это может помочь ребенку понять, что именно его тревожит и огорчает: не появление нового братика или сестры, а страх потерять то чувство защищенности, которое давало уверенность в вашей исключительной, абсолютной любви к нему. Когда от детей требуют хороших чувств по отношению друг к другу, у них лишь усиливается отрицательные чувства. Когда вы позволяете ребенку испытывать негативные чувства—выслушиваете его спокойно, показываете, что понимаете его чувства, это приведет к появлению позитивных чувств.

Правило 2. Постарайтесь помочь детям найти безопасный и безвредный выход для их негативных чувств: приучайте их выражать свои чувства в символической форме (рисунком, лепка, письмо, стихи и т.п.). А не в ругани или драках. Когда ребенку нужно выразить чувства, поставьте его перед выбором пути выражения и помогите найти наиболее конструктивных для данной ситуации. Этот навык—не мгновенная реакция крика или драки, а поиск конструктивного способа справиться с проблемой—поможет ему и в будущем.

Правило 3. Вмешиваясь в драки, прекращайте их немедленно, но при этом старайтесь не заниматься выяснением того, кто обидчик, кто жертва. Уделите внимание пострадавшему ребенку, выразите веру в способность детей самостоятельно решать свои споры без драки. Не приучайте детей к тому, что их спор решают родители, поощряйте их самостоятельное решение. Надо постараться не только прервать и запретить драку, но и подсказать, как можно более спокойно и здраво разрешить конфликт, или переключить внимание детей на устраивающее обоих общее дело или помощь вам.



Правило 4. Старайтесь не требовать от детей любви для ее проявления и развития. Ваша постоянная модель поведения перед глазами ребенка.

Правило 5. Отнеситесь к негативным чувствам ребенка как к естественным чувствам, а не как к зловещим признакам того, что ребенок зол, завистлив, плохой. Важно понять: ребенок не виновен в своем неприятии, ревности, своих чувствах.

