



Рекомендации для родителей «Как избежать конфликта»

В период студенческой жизни между родителями и детьми могут возникать конфликты, связанные с различными взглядами на жизнь, ценностями и приоритетами.

Полностью избежать конфликтов не удастся даже опытным родителям. Ребенок растет, расширяя зоны своей самостоятельности и личного пространства, а родители не всегда готовы принять их. Да и границы этих зон часто нуждаются в корректировке.

Для достижения согласия и предотвращения конфликтов, родители и дети должны быть готовы к открытому общению и взаимному пониманию.

Основные правила общения:

- ◆ Умение слушать.
- ◆ Умение справляться со стрессом, владеть своими эмоциями.
- ◆ Умение сохранять уверенность в себе, постоять за себя.
- ◆ Умение правильно реагировать на критику.
- ◆ Умение принимать решение.
- ◆ Умение уважать друг друга, и начинать нужно с себя.



Какими бы ни были причины конфликтов с детьми, общие принципы их разрешения предполагают следующие действия:

- ❖ осмыслить причину своего раздражения, гнева или обиды, обязательно взяв эмоции под контроль;
- ❖ понять, какие цели преследует ребенок, вступая в конфликт;
- ❖ поговорить с сыном или дочерью о причинах вашего негодования, не повышая тона и не вспоминая прошлых обид, проанализировав краткосрочные и долгосрочные последствия подобного поведения;
- ❖ дать возможность высказаться, внимательно выслушав позицию;
- ❖ разобрать конфликт «по косточкам», не пытаясь переубедить ребенка в малоэффективности его намерений;
- ❖ выслушать предложения оппонента по выходу из конфликта и озвучить свои;
- ❖ прийти к согласию, выбрав наиболее приемлемый вариант для обеих сторон;
- ❖ спокойное разрешение спорной ситуации должно стать нормой.

Взаимопонимание, поддержка и готовность к диалогу – ключевые составляющие успешных отношений. Родители должны помнить, что каждый человек уникален и имеет право на свой собственный путь в жизни. Важно поддерживать своих детей в их стремлениях и успехах, а также быть рядом в трудные моменты. Только так можно создать гармоничные и доверительные отношения, которые будут способствовать развитию и счастью всей семьи.