* Предлагать изменения или дополнения к вариантам, высказанным другими.
* Пытаться найти варианты, устраивающие обе стороны.

Предлагайте помощь только тогда, когда они действительно зайдут в тупик! Чтобы дети не отвлекались, скажите им, что до вашего возвращения они должны найти пять вариантов решения проблемы. Затем оставьте их на несколько минут. Длительность определяется возрастом детей и их навыками в разрешении проблем.

***Шаг 4. Ограничить количество вариантов***

Ограничьте количество предложенных вариантов. Вот несколько правил, которые помогут детям приблизиться к решению проблемы:

* Отбросьте предложения, неприемлемые для одного из детей, поскольку они не удовлетворят его потребностей.
* Отбросьте все предложения, которые потенциально опасны или неразумны.

***Шаг 5. Выбрать лучший вариант и следовать ему***

Последний шаг помогает детям научиться принимать оптимальное решение, обдумывая последствия предложенных вариантов. Можно научить детей продумывать последствия оставшихся вариантов, спрашивая: "Что могло бы произойти, если бы вы выбрали этот вариант?" Еще один способ подтолкнуть детей к выбору оптимального решения — помочь им взвешивать "за" и "против" по каждому оставшемуся варианту: "Что было бы хорошо, а что плохо, если бы мы выбрали этот вариант?", "Какой последний штрих нужно добавить, чтобы сделать этот вариант еще лучше?". Как только дети примут решение, они пожимают друг другу руки в знак согласия или говорят по очереди: "Я согласен".

***Исправление поведения*** — это тяжелая, кропотливая работа, которая должна проводиться последовательно и основываться на закреплении результатов через родительское поощрение. Движение ребенка к изменениям может быть медленным, но обязательно отмечайте и поощряйте каждый его шаг на этом пути. Потребуется время, чтобы появились первые результаты, поэтому не спешите сдаваться. Помните, что если не сработает один подход, то сработает другой. Еженедельно фиксируйте прогресс в поведении ребенка, отмечайте успехи.

Для родителей

**«Конфликтность. Пять шагов к сокращению количества конфликтов»**

Обучение детей умению справляться с проблемами лучше всего проводить в спокойной домашней обстановке, применяя метод проб и ошибок. Для этого используйте реальные ситуации снова и снова, пока они не смогут решать проблемы сами.

Ежедневно наши дети лицом к лицу сталкиваются с различными проблемами: предвзятость, конфликты между братьями и сестрами, нагрузки в школе и на занятиях спортом, отвержение друзьями, группировки и банды, запугивание, попытки поладить с другими и просто проблемы роста. Мы привыкли считать, что это касается только детей старшего возраста, однако подобное затрагивает и младших детей. Хотя мы не в состоянии защитить своих детей от всех неприятностей, огорчений и страданий, мы можем вооружить их средствами, которые помогут лучше с ними справляться. Чем больше мы будем помогать детям учиться разрешать конфликты мирно, тем больше вероятность, что они станут более самостоятельными и находчивыми людьми, способными справиться с любой ситуацией и сделать это без нашего руководства.

**Пять шагов к сокращению количества конфликтов**

Используйте следующие шаги как руководство, чтобы помочь ребенку свести ссоры к минимуму и научить его решать проблемы мирно.

***Шаг 1. Остановиться и успокоиться***

Первый шаг к улаживанию конфликта состоит в том, чтобы научить ребенка успокаиваться и управлять своими эмоциями. Объясните ребенку, что сначала нужно успокоиться, а для этого — сделать медленный, глубокий вдох или уединиться до тех пор, пока не придет в себя. Если эмоции детей слишком накалены, вмешайтесь: "Я вижу двух разозленных ребят, которым следует успокоиться, чтобы понять, как решить свою проблему". Возможно, вам потребуется развести детей в разные стороны до тех пор, пока они не смогут сдерживать свой гнев.

***Шаг 2. Излагать проблему по очереди***

Важно соблюдать следующие правила:

* Не унижать и не оскорблять.
* Вежливо выслушивать друг друга.
* Не перебивать. Каждому будет дана возможность высказаться.

Можно попросить каждого ребенка рассказать, что произошло, резюмировать версию каждого и в заключение сказать: "Ну а теперь, что вы можете сделать для решения этой проблемы?" Предлагайте свои варианты только тогда, когда дети действительно зайдут в тупик.  
Попросите детей начать объяснение со слова "я", а не "ты", затем изложить проблему и предложить решение. Это поможет им сконцентрироваться на конфликте, не унижая при этом другого человека, например: "Меня раздражает, что из-за тебя никогда не наступает моя очередь. Я тоже хочу пользоваться компьютером". Если эмоции слишком накалены, предложите детям написать или нарисовать свой взгляд на проблему вместо изложения версий друг другу. Это особенно удобно для младших детей или детей, не умеющих достаточно хорошо говорить. Важно также помочь каждому ребенку прочувствовать, каково оказаться на месте другого. Один из способов добиться этого заключается в том, чтобы каждый ребенок изложил своими словами то, что рассказал другой.

***Шаг 3. Предложить варианты разрешения конфликта***

Дети должны подумать о вариантах, чтобы найти пути решения проблемы:

* Предлагать первый пришедший в голову вариант.
* Не относиться с пренебрежением к вариантам, предложенным другими.