

Подсказка для родителей
«Шесть шагов беспроигрышного метода решения конфликтов с детьми»
по Томасу Гордону
Как работает «беспроигрышный метод»

Шаг	Суть	Цели	Действия родителей	Что нужно помнить
1 шаг	<i>Распознавание и определение конфликта</i>	Вовлечь ребенка в процесс решения проблемы	Четко и немногословно сообщить ребенку, что имеется проблема, которая нуждается в решении. Дать понять, что сотрудничество ребенка необходимо	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выберите время, когда ребенок не занят, чтобы он не сопротивлялся тому, что его перебивают или откладывают его дела 2. Скажите ему ясно и убедительно, что есть проблема, которая должна быть решена. Не нужно употреблять неэффективные решения типа «<i>Не хочешь ли ты решить эту проблему?</i>» 3. Скажите ребенку ясно, твердо и так сильно, как вы чувствуете и совершенно точно, ЧТО вы чувствуете, какие ваши потребности не удовлетворены или что беспокоит вас («Я-сообщения») 4. Избегайте сообщений, которые принижают или порицают ребенка («Ты неряшлив», «Ты не осторожен с моей машиной») 5. Дайте ясно понять, что вы хотите, чтобы дети присоединились к вам в поиске решения, приемлемого для обоих, где никто не проигрывает, и где потребности сторон будут удовлетворены. <p>Весьма важно, чтобы дети поверили в Вашу искренность в том, что <i>Вы хотите найти бес проигрышное решение</i></p>
2 шаг	<i>Выработка возможных альтернативных решений</i>	Собрать как можно больше вариантов решения	Узнать решения детей (свои можно добавить позже) не оценивая и не принижая предложенные решения. Настаивать на выдвигении как можно большего числа альтернатив	<p>Что здесь может помочь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Постарайтесь сначала получить решения от ребенка – свое вы можете добавить позже 2. Наиболее важно не оценивать, не судить предлагаемое решение. Примите все идеи. Для этого найдется время на другой фазе. Для сложных задач лучше записать все решения. 3. Старайтесь на этом этапе не делать никаких замечаний по поводу того, что какое-либо решение вас не устраивает. 4. Используя метод для решения проблемы, в которой участвуют несколько детей, и если кто-то из них не предлагает решения, побуждайте его сделать это. 5. Пытайтесь искать альтернативные решения до тех пор, пока нельзя будет предложить ничего нового.

3 шаг	Оценка альтернативных решений	Активизировать ребенка на высказывания по поводу различных решений, сообщить свое мнение по каждому варианту	Предложить ребенку высказаться, какие из этих решений выглядят лучше, чем остальные. Сообщить свои чувства и интересы, сказать о наиболее оптимальном варианте и что не устраивает (или устраивает) в выборе ребенка	1. Круг решений обычно сужается до 1-2-х. 2. Родители должны помнить, что нужно честно выражать свои чувства («Мне это не нравится», «Это меня не удовлетворяет»)
4 шаг	Выбор наиболее приемлемого решения	Принять окончательное решение	Узнать, что думает ребенок о каждом оставшемся решении. Добиться того, чтобы каждый обязался выполнять свою часть договора. Если решение состоит из нескольких пунктов желательно зафиксировать их на бумаге	1. Проверьте, что чувствуют дети по поводу оставшихся решений («Годится ли это?» «Все ли довольны?») 2. Но думайте о решении как обязательно окончательном и что его невозможно изменить. Можно сказать: <i>«Давай попробуем это и увидим, годится ли это!»</i> 3. Если решению требует ряда шагов (выполнения пунктов), то хорошо записать их, чтобы не забыть. 4. Убедитесь, что достигнуто ясное понимание того, что каждый берет обязательство выполнять решение.
5 шаг	Выработка способов выполнения решения – воплощение решения	Спланировать процесс претворения в жизнь принятого решения	Уделить внимание на то, как будет выполняться решение	Вынести на обсуждение вопросы типа <i>«Когда начнем?» «Кто будет следить за временем?» «Каковы будут критерии качества выполняемой работы?» и т.п.</i>
6 шаг	Контроль и оценка результатов	Способствовать реализации решения. Выявить обстоятельства, требующие пересмотра принятого решения.	Интересоваться у ребенка, по-прежнему ли он доволен принятым решением и его результатами. Сообщить о своих чувствах и мыслях (они могут измениться) по поводу результатов решения. Пересмотр или корректировка решения, если это потребуется	Спросить ребенка «Доволен ли ты решением?» Иногда дети берутся за решение, которое трудно выполнимо. Иногда первоначальное решение должно быть заменено.

Материал подготовила: Л.А.Метлякова, к.п.н. доцент

1. Гордон Томас. Р.Е.Т Повышение родительской эффективности (пер.О.Мечковской) <https://www.twirpx.com/file/1171370/>
2. Гордон Томас. Курс эффективного родителя. Как воспитать в детях чувство ответственности. <http://free-war.net/books/526761-kurs-effektivnogo-roditelya-kak-vospitat-v-detyah-chuvstvo-otvetstvennosti.html>