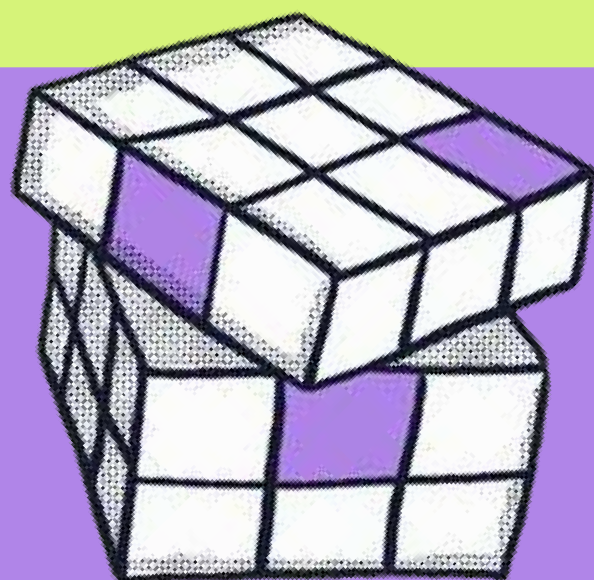




Как научить ребенка
справляться с конфликтами
без драк и обзывательств?



Конфликты являются неотъемлемой частью жизни, и умение правильно решать их без прибегания к физическому насилию - важный навык, который должен развивать каждый ребенок.



Шаг 1: Обучение эмоциональному осознанию

- **Выражение чувств:**

Научите ребенка распознавать и выражать свои чувства словами, а не действиями. Объясните, что все чувства нормальны, но важно уметь их контролировать.

Например, если он злится, пусть скажет: "Я злюсь, потому что...".



Шаг 1: Обучение эмоциональному осознанию

- **Разговоры о чувствах:**
Регулярно общайтесь с ребенком о том, как он себя чувствует, и обсуждайте разные способы выражения эмоций.

Например, "Как ты себя чувствовал, когда твой друг взял твою игрушку без разрешения?"



Шаг 2: Отделение суждений от фактов

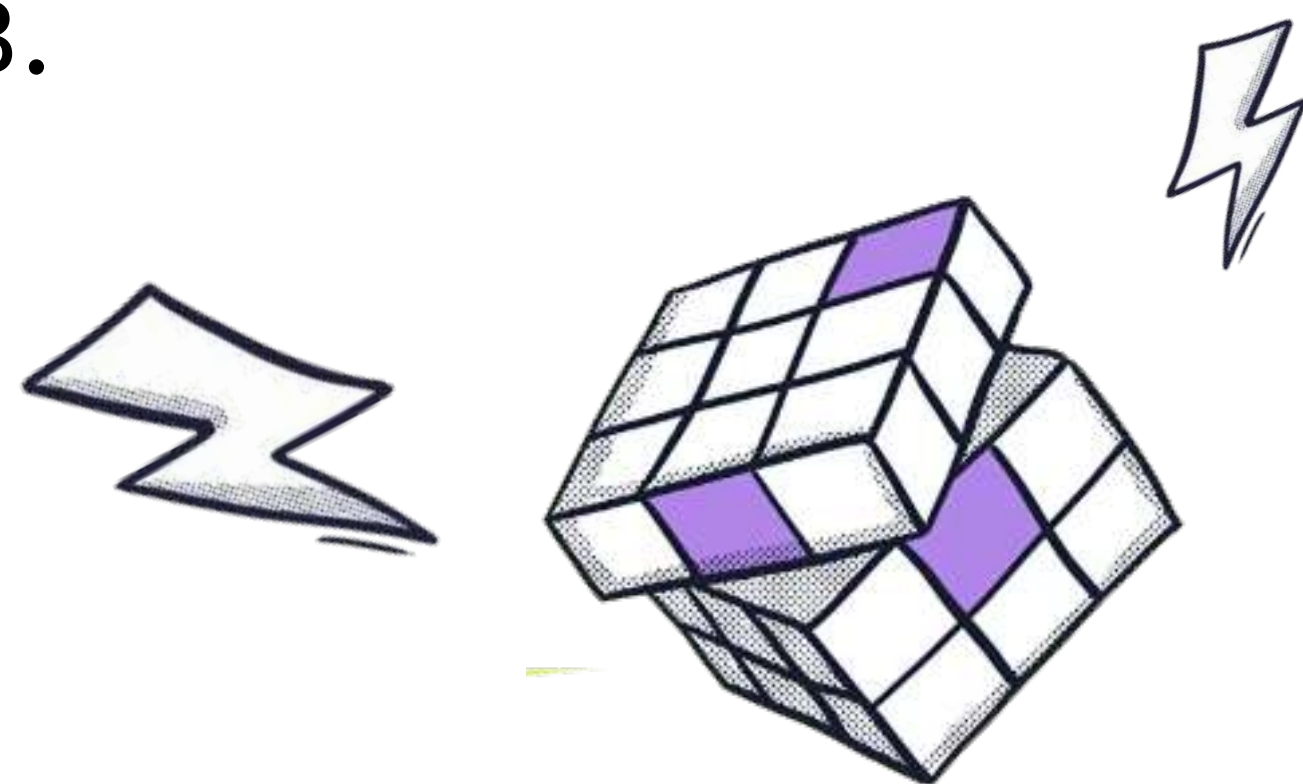
- **Обучение различию между мнениями и реальностью:** Помогите ребенку понять разницу между субъективными суждениями и объективными фактами.

Например, используйте простые ситуации, такие как описание погоды, чтобы показать различие между фактом ("сегодня идет дождь") и суждением ("дождливая погода ужасная").



Шаг 2: Отделение суждений от фактов

- **Практические упражнения:** Играйте в игры, где ребенок должен описать ситуацию, используя только факты, и отделять свои личные мнения или чувства от этих фактов.



Шаг 3: Обучение критике действий, а не личности

- **Конструктивная критика:**
Научите ребенка выражать несогласие с действиями или поступками, а не нападать на личность.

Например, вместо "ты плохой" использовать "мне не понравилось, когда ты сделал это".



Шаг 3: Обучение критике действий, а не личности

- **Ролевые игры и сценарии:**
Используйте ролевые игры для отработки ситуаций, где ребенок может практиковать выражение своего мнения о действиях другого человека без личных оскорблений. Обсудите, как различные формулировки могут повлиять на чувства и реакции других людей.



Шаг 4: Обучение навыкам коммуникации

- **Эффективное слушание:**
Научите ребенка слушать других, не перебивая и пытайтесь понять их точку зрения.

Например, попросите его пересказать, что вы сказали, чтобы убедиться, что он понял.



Шаг 4: Обучение навыкам коммуникации

- **Четкое выражение своих мыслей:** Обучите ребенка выражать свои мысли и чувства ясно и уважительно, без оскорблений и криков. Для обучения этому могут быть полезны ролевые игры.

Например, примерьте с ребенком роль учителя и ученика, обсуждая проблему.



Шаг 5: Развитие навыков решения проблем

- **Поиск компромиссов:** Объясните, что в конфликте могут быть разные точки зрения и что компромисс - это способ учитывать интересы всех сторон.

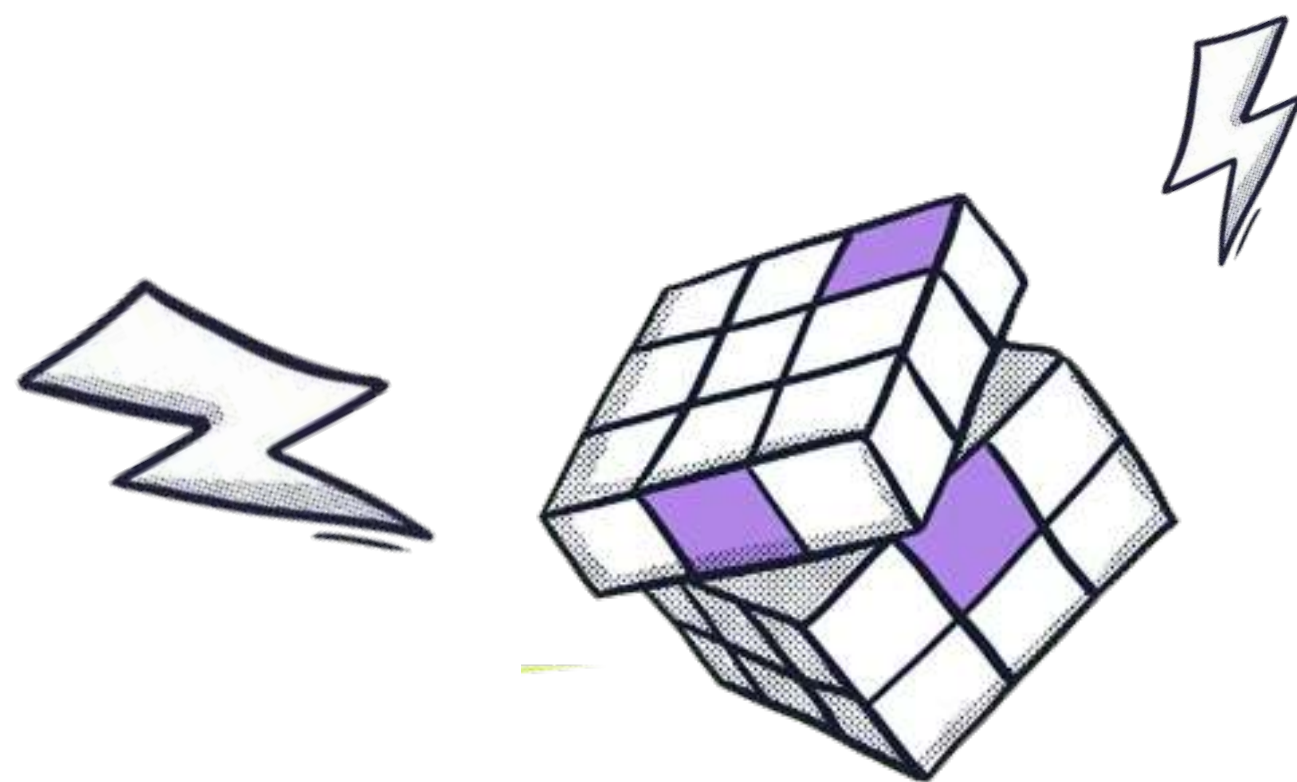
Объясните понятие компромисса на примере.

Например, если два ребенка хотят играть с одной игрушкой, предложите им играть по очереди.



Шаг 5: Развитие навыков решения проблем

- **Тренировка решения проблем:** Практикуйте с ребенком разные сценарии, где он может предложить решение конфликта без драк



Шаг 5: Развитие эмпатии

- **Понимание чувств других:**
Научите ребенка ставить себя на место других, чтобы понять, как его действия влияют на чувства окружающих.

Разыгрывайте различные сценарии, спрашивая ребенка, как он думает, чувствует себя другой человек в данной ситуации.



Шаг 6: Развитие эмпатии

- **Уважение к различиям:**
Подчеркните важность уважения к различиям и индивидуальности каждого человека.

Обсудите с ребенком разнообразие людей и культур, подчеркнув, как важно уважать и ценить различия.



Шаг 7: Роль моделирования

- **Личный Пример:**
Будьте примером мирного решения конфликтов для своего ребенка. Показывайте, как вы решаете разногласия с другими людьми.

Например, при разговоре с партнером используйте тон, который хотели бы слышать от вашего ребенка.



Шаг 7: Роль моделирования

- **Обсуждение примеров из жизни:** фильмов и реальной жизни для обсуждения различных способов разрешения конфликтов.

Используйте ситуации из семейной жизни или школьные сценарии для обсуждения, как можно было поступить по-другому.



Шаг 8: Усиление уверенности в себе

- **Поддержка самоуважения:** Поощряйте уверенность в себе и самоуважение у ребенка, чтобы он мог уверенно отстаивать свою точку зрения.

Поощряйте ребенка говорить о своих достижениях и сильных сторонах.



Шаг 8: Усиление уверенности в себе

- **Тренировка уверенности:**
Практикуйте с ребенком сценарии, где он может уверенно и спокойно выразить свою позицию.

Играйте в игры на уверенность, например, пусть ребенок расскажет о том, что у него получается лучше всего.



Шаг 9: Использование слов, чтобы договориться.

- **Нам повезло больше, чем животным:** мы можем проговаривать все, с чем не согласны. Чтобы делать это без ругани, научите ребенка использовать «я-высказывания».

Например, вместо «ты не прав», мы говорим о себе: «я расстроен твоими действиями, потому что...». Это помогает понять другому человеку, что его не обвиняют, а просто делятся своими чувствами.



Шаг 10: Уходить в случае опасности.

- **Безопасность превыше всего** — это важно постоянно проговаривать в разговоре с ребенком. Важнее прожить долго, чем быть смелым один раз. Необходимо объяснить ребенку, что если ты завтра не сможешь наслаждаться победой, потому что погибнешь, то смысла драться и ссориться нет.

Если понимаешь, что сейчас будет серьезная драка, нужно убегать, а потом уже звать на помощь, если это необходимо.



Шаг 11: Применение навыков на практике

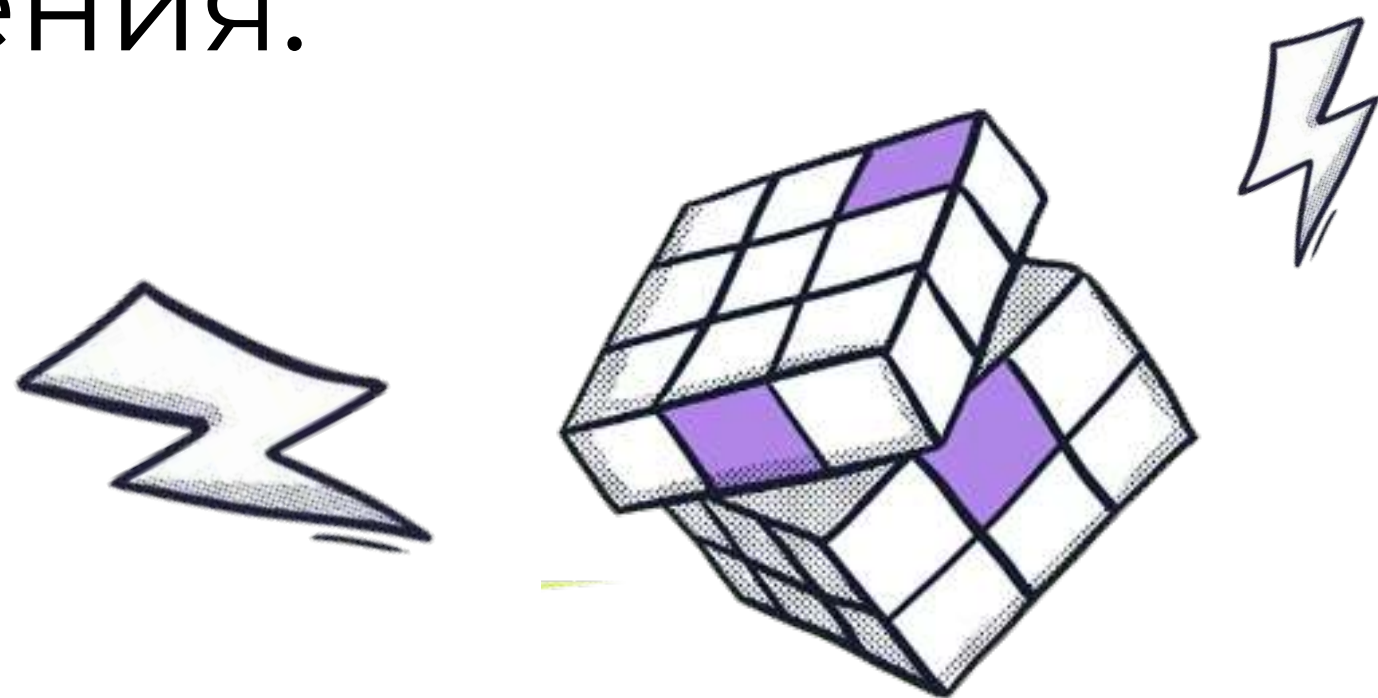
- **Реальные ситуации:**
Дайте ребенку возможность применить наученное в реальных жизненных ситуациях.

Вмешивайтесь в конфликты только когда это действительно необходимо, позволяя ребенку применять наученные навыки.

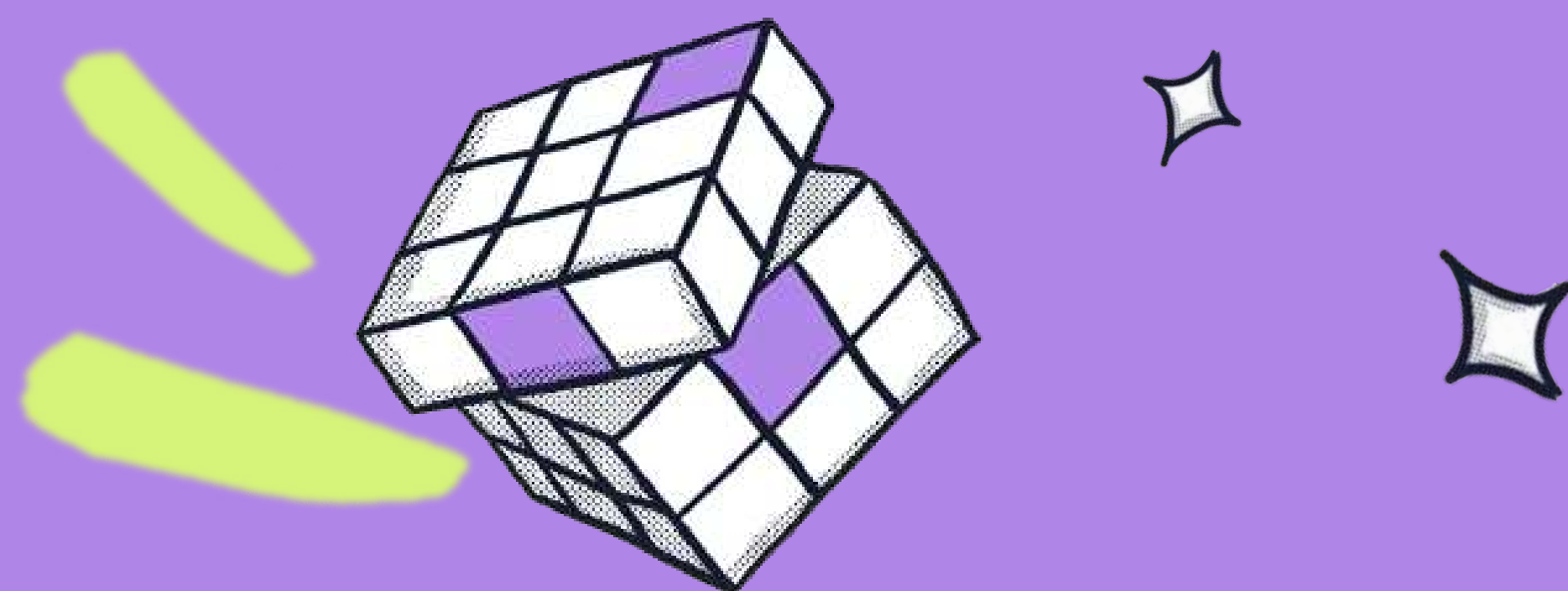


Шаг 11: Применение навыков на практике

- **Обратная связь и поддержка:** После конфликтной ситуации обсудите с ребенком, как он справился, и предложите свою поддержку, советы и альтернативные способы решения.

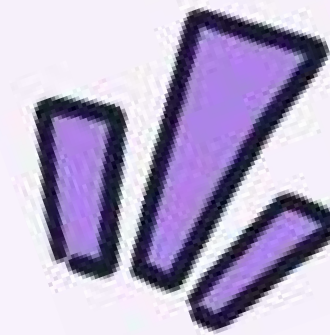


Научить ребенка мирно решать **конфликты** - важная задача для каждого родителя. Это не только предотвращает драки и насилие, но и формирует у ребенка навыки, которые пригодятся ему во взрослой жизни.

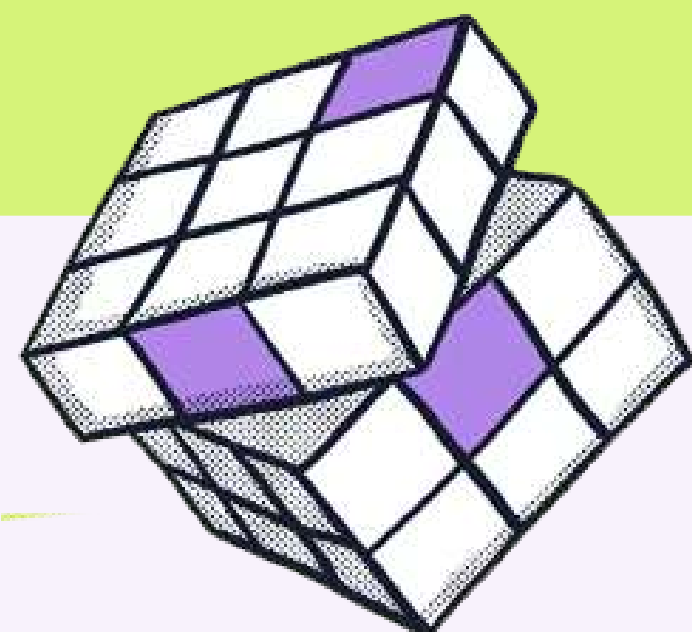


Коммуникативные способности, эмпатия, умение слушать и понимать других, критическое мышление и способность к решению проблем, - всё это гибкие навыки или Soft skills, они помогают формировать у детей более зрелое и ответственное отношение к межличностным коммуникациям и играют ключевую роль для успешной адаптации ребенка в обществе.

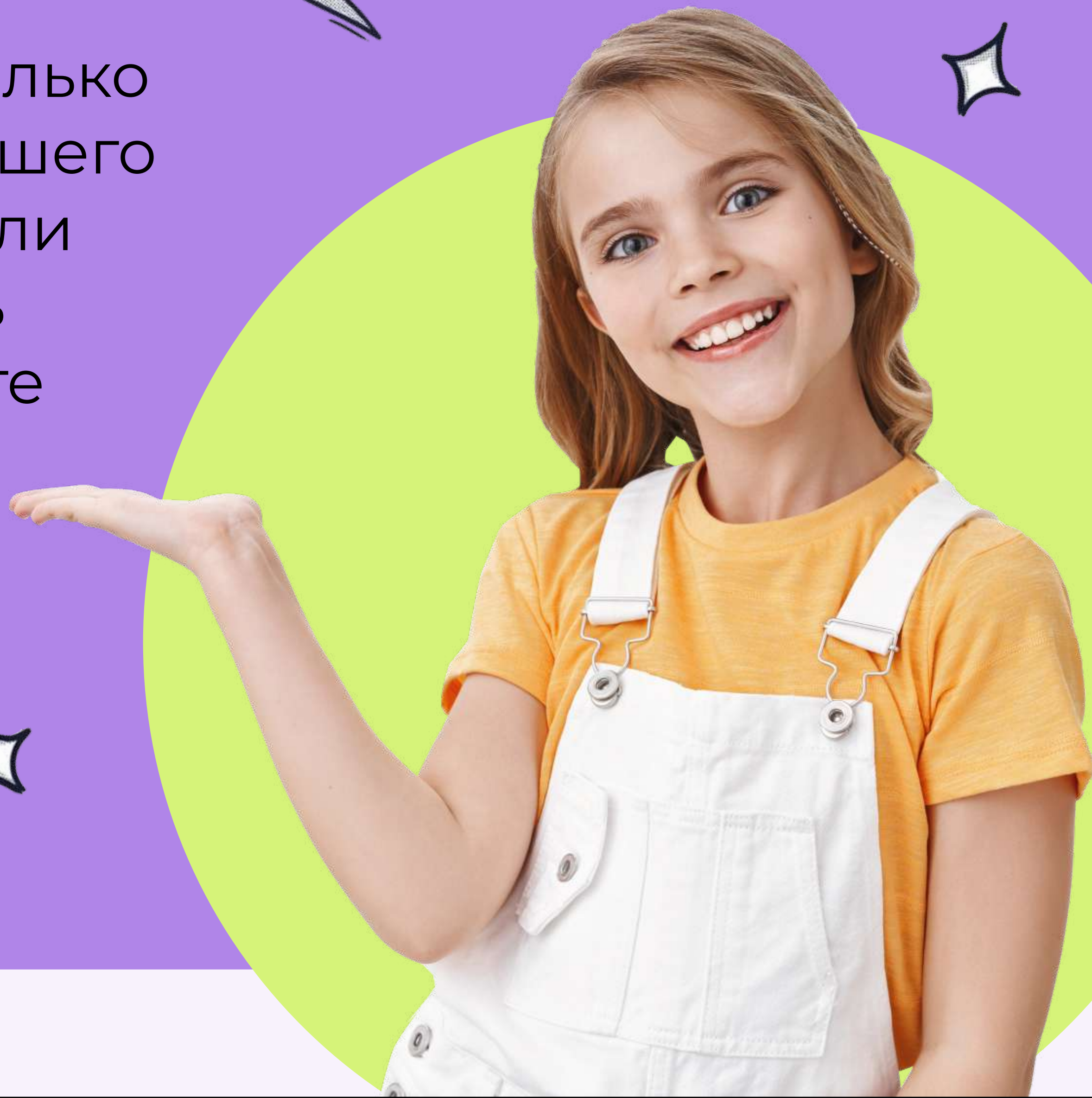




Обучая детей разрешать конфликты без драк, мы не только помогаем им избежать немедленных негативных последствий, но и вкладываем в развитие уважительного и ответственного подхода к взаимодействию с окружающим миром. Эти навыки будут способствовать их личностному росту, обеспечивать лучшее понимание себя и других, а также подготовят их к более сложным социальным ситуациям в будущем. В итоге, развитие soft skills у детей - это инвестиции в их благополучное и гармоничное будущее.



Если вы хотите узнать, насколько развиты гибкие навыки у вашего ребенка, в том числе, умеет ли он договариваться и решать конфликты мирно, приходите на бесплатный урок в академию Startrack.



Преподаватели проанализируют мягкие навыки вашего ребенка и выяснят, какие из них развить хорошо, а каким нужно уделить больше внимания. После этого вы получите рекомендации по их дальнейшему развитию и усилению.

Чтобы попасть на бесплатный урок, переходите по [ссылке](#).



Что такое гибкие навыки

Что такое навыки коммуникации?

Способность продуктивно взаимодействовать с разными людьми в разных ситуациях с использованием устной и письменной речи.

Зачем нужны навыки коммуникации?

1. Чтобы легко знакомиться с новыми людьми.
2. Чтобы в конфликтной ситуации не ругаться, а договариваться и находить компромисс.
3. Чтобы понимать, как произвести на людей нужное впечатление, и делать это естественно и непринуждённо.

Какой вред от отсутствия навыков коммуникации?

1. Непонимание, почему другие люди поступают так, как поступают. Тревога и стресс, вызванные этим непониманием.
2. Неумение презентовать себя, свои идеи и ценности. Риск остаться непонятым и незамеченным :(

Какие качества, связанные с навыками коммуникации, надо развивать у ребёнка?

1. Умение устанавливать и поддерживать контакты.
2. Речевой этикет.
3. Эмоциональный интеллект.

Что такое навыки командной работы?

Способность выполнять свои задачи в рамках общего с другими людьми дела

Зачем нужны навыки командной работы?

1. Чтобы принимать участие в крутых проектах, которые всегда выполняются командами.
2. Чтобы заработать хорошую профессиональную репутацию и расти по карьерной лестнице.
3. Чтобы получать удовольствие от совместной работы, отдыха и спорта.

Какой вред от отсутствия навыков командной работы?

1. Невозможность достигать по-настоящему крутых результатов в работе: хорошо работающая команда усиливает индивидуальные результаты каждого, а если в команде разлад, то этот эффект не достигается.
2. Любые активности, связанные с необходимостью взаимодействовать с другими, вызывают стресс, апатию и разочарование.

Какие качества, связанные с командной работой, надо развивать у ребёнка?

1. Лидерство
2. Навыки самоорганизации
3. Умение взаимодействовать в команде



Что такое критическое мышление?

Способность ставить под сомнение поступающую информацию, а также собственные убеждения

Какая польза от критического мышления?

1. Человек с развитым критическим мышлением легко распознаёт мошенников, редко становится жертвой обмана.
2. Критическое мышление повышает эффективность обработки информации: дети лучше учатся и тратят на учёбу меньше времени и сил.

Какие качества, связанные с критическим мышлением, надо развивать у ребёнка?

Какой вред от отсутствия критического мышления?

Отсутствие критического мышления — это риск попасть в плохую компанию или стать жертвой токсичных отношений: человек может чувствовать, что что-то не так, но чётко и понятно для себя сформулировать, в чём ненормальность и опасность ситуации, он не может (

1. Уверенность в себе.
2. Умение работать с информацией
3. Умение позаботиться о своей безопасности

Что такое креативность?

Умение нестандартно мыслить и быть свободным от стереотипов.

Какая польза от креативности?

1. Креативные люди умеют находить выход практически из любых ситуаций.
2. Креативность помогает успешно адаптироваться в постоянно меняющемся мире.
3. Креативность — отличная основа для творческого хобби, а творчество — это мощный инструмент борьбы со стрессом и дополнительный способ заявить о себе.

Какие качества, связанные с креативностью, надо развивать у ребёнка?

Какой вред от отсутствия креативности?

1. Стереотипно мыслящие люди менее успешны в карьере, потому что они не видят возможностей, боятся рисковать и пробовать новое.
2. Отсутствие креативности не позволяет видеть альтернативные способы решения проблемы. Результат — стрессы и провалы (.

1. Гибкость мышления.
2. Умение генерировать идеи.
3. Умение презентовать идеи



ЗА 1 ГОД ОБУЧИМ ВАШЕГО РЕБЕНКА **СОЦИАЛЬНЫМ НАВЫКАМ** ДЛЯ КОМПЛЕКСНОГО И **ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ**

навыки коммуникации

критическое мышление

уверенность

лидерские качества

самостоятельность

[Записаться на вводное занятие](#)

Это бесплатно



Для детей от 6 до 14 лет