**Как избежать конфликтов с ребенком?**

Можно ли улучшить взаимоотношения с деть­ми? Можно ли не раздражаться, не ссориться? Конечно. Просто нужно соблюдать всего **три нехитрых правила**:

* любить их (что мы и делаем),
* ува­жать (что делаем очень редко)
* и создавать условия для сотрудничества (чего делать не умеем).

Иными слова­ми, надо прислушиваться к мнению ребенка и контро­лировать свою реакцию на его поведение. В этом вам помогут несколько практических советов.

Попробуйте применить их в общении с вашим малышом, и вы убе­дитесь, насколько они действенны.

СВОБОДА ВЫБОРА

Каждый из нас имеет свои пристрастия, вкусы, сужде­ния. И ваш ребенок, каким бы маленьким он ни был, — не исключение. Не ущемляйте его права, ведь он — лич­ность. Малыш в состоянии решить самостоятельно, ка­кую еду и одежду выбрать, и в какой последовательно­сти выполнять порученную ему работу. Спросите у не­го, что он будет, есть на завтрак: бутерброд с сыром или с колбасой. Перед тем как сшить или купить дочери платье, обсудите с ней ткань и фасон. Во время уборки в квартире предложите ребенку на выбор: вымыть пол или подмести.

ПРАВИЛО "ОДНОГО СЛОВА" .

Если вы хотите, чтобы ребенок вас "услышал", не вы­сказывайте всего, что думаете о его поведении. Исполь­зуйте "правило одного слова", которое характеризова­ло бы ситуацию. Возможно, его придется повторить не­сколько раз, но это лучше, чем кричать и угрожать. На­пример, перед сном малыш должен сложить свои иг­рушки. Если вы скажете : "Сколько раз я тебе говорила, что игрушки надо убирать! Ты такая большая, а до сих пор не можешь этого запомнить", — ребенок уже после первой фразы перестанет воспринимать сказанное. Попробуйте вместо гневной тирады произнести (толь­ко не в приказном тоне) одно слово: "Игрушки!" Оно станет своеобразным паролем уборки.

РЕЗУЛЬТАТЫ НЕПОСЛУШАНИЯ. Припомните, сколько раз в течение дня вам приходит­ся говорить своему сыну или дочке: "Сделай математи­ку, а то получишь двойку", "Иди завтракать, иначе еда остынет", "Не постираешь носочки — пойдешь в гряз­ных"? Срабатывают ли ваши указания? Не лучше ли не­сколько раз дать ребенку возможность убедиться, к че­му приводит непослушание и каковы его последствия. Если Саша не сделает математику, то завтра на уроке он действительно получит двойку. Если Света не придет вовремя к столу — будет есть холодный суп. Если Катя не постирает носочки — утром, наденет грязные.

ЭТА ВАЖНАЯ ФРАЗА "КАК ТОЛЬКО" Есть несколько слов, которые вам надо постараться не употреблять: "если", "почему", "ты никогда..."

Со слова "если", как правило, начинаются угрозы: "Если ты не будешь чистить свои туфли, я никогда не куплю тебе новые". У ребенка сразу же возникает отрицательная ответная реакция, мол, ну и не надо.

"Почему" — обычное начало обвинения. После фразы: "Почему ты не кладешь вещи на место?" — ваш малыш, скорее всего, начнет обороняться, а не уби­рать.

Словосочетание "ты никогда" воспринимается в штыки. "Ты никогда не подметаешь в комнате..." — зву­чит как обвинение, а не побуждение к действию. Луч­ше сказать: "В комнате пыльно. Пора подмести пол".

Если вы хотите, чтобы ребенок выполнил не слиш­ком приятную для него работу, попробуйте построить фразу так: "Как только комната будет убрана, ты смо­жешь посмотреть телевизор".

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ О НЕПРИЯТНОСТЯХ Посещение врачей и другие, неприятные для ребенка события будут восприниматься иначе, если поговорить с ним заранее: "Я понимаю, что тебе не хочется, но ид­ти надо".

Часто бывает так: вы собираетесь с дочерью в гости. Там ваша малышка настолько увлекается игрой с под­ружкой, что ее никакими силами не увести домой. До­говоритесь с ней: "Давай поставим будильник на такое-то время. Когда он зазвонит, мы пойдем домой".

ПРАВО НА ЖЕЛАНИЯ

Ваш ребенок громко требует в магазине машинку. Вы можете отреагировать на это по привычке: "Тебе все мало! У тебя же дома пять машинок!" И вытащить ору­щего малыша из магазина. А можете не покупать иг­рушку, но признать право ребенка хотеть ее: "Я пони­маю тебя, машинка действительно красивая, но сегодня у меня нет денег". И ребенок успокоится, даже не полу­чив заветный автомобиль.

ОТКАЗ ОТ КРИТИКИ

Критиковать — значит, судить, оценивать, клеймить позором. Критика вызывает у ребенка сопротивление. Вспомните, как вы сами реагировали на замечания ро­дителей, и поймете, почему ваши дети "обороняются". Сын не может решить задачу? Проще всего его высме­ять: "Это ведь легкое задание! Мы же с тобой все разо­брали вчера! Как можно такое не понять?!" Реакция ре­бенка бывает разной от "Я — тупица" до, "...и не буду де­лать". Но вы поможете ему; если скажете: "Да, это нелег­ко. Но я думаю, что ты справишься. Подумай еще".

Конечно, эти советы не универсальны. Не надейтесь, что в доме сразу воцарится тишь да благодать. Будьте готовы к тому, что дети могут отнестись с подозрением к вашему "новому" поведению. Но если за день вы хоть раз сумеете предотвратить конфликт, значит, вы на верном пути.