Вы обе хороши каждая по-своему. Зачем мне нужны две Наташи?". Повторяем, **не надо поощрять в ребёнке дух соперничества по отношению к другим**.

**7. Научите их умению проявлять инициативу, приходя на помощь своим братьям и сестрам**, если они вдруг попали в беду или обидят друг друга. Например: "Петя чем-то опечален. Что ты мог бы сделать или сказать так, чтобы ему стало легче? Может, тебе самому лучше спросить его об этом?".

И, конечно, любому из нас, взрослому или ребенку, хорошо бы помнить старое испытанное средство, помогающее остановить конфликт в самом начале - **технику самоконтроля**: научите ребенка делать глубокий вдох через нос и выдох - через рот, считать до десяти и говорить самому себе: "Я спокоен и легко справлюсь с этим". Применяя данное упражнение, покажите ребенку пример самоконтроля в собственном умении справляться со своей злостью, выражайте это чувство достойно, не вымещая обиды на других.

# На помощь! Мои детки опять дерутся

Папы и мамы часто не задумываются над тем, почему между детьми возникают ссоры и драки, но, вероятно, всем участникам этих неприятных ситуаций стало бы легче, если бы родители осознали свою роль в этом явлении и возможные причины конфликтов. Если ваши дети часто дерутся, задумайтесь над тем, как вы строите отношения между своими любимыми чадами, к каким способам влияния на детей вы прибегаете?

**Драку легко спровоцировать, если:**

* создавать соперничество между детьми, сравнивать их друг с другом  *"Неужели ты не можешь так же хорошо учиться, как твоя сестра?").* Каждого ребенка можно сравнивать только с самим собой, причем желательно подчеркивать не ошибки, а его достижения, например, "Сегодня ты сделал задание гораздо аккуратнее, чем вчера";
* неуважительно относиться к отличительным особенностям ребенка и выставлять их напоказ перед другими, *например, обсуждать его черты характера или внешности в компании взрослых либо его ровесников.*
* заступаться за того или иного ребенка либо выносить приговор (судить, кто прав, кто виноват);
* насильно заставлять сестер делиться друг с другом;
* упрашивать ребенка отказываться от своих притязаний в пользу брата или сестры;
* кричать на детей или шлепатьих, пользуясь своим преимуществом.

Допустим, вы осознали возможные причины драки и постарались их устранить. Однако драки не прекратились. Что же делать? Как может поступить родитель, чтобы остановить драку и научить детей действовать в сложных ситуациях без применения силы?

**Правила для родителей**

**1. Не заступайтесь (не вставайте на сторону того или иного ребенка)**

Не наказывайте виновного и не утешайте невинного. Если вы почувствуете, что кто-либо может серьезно пострадать, то молча предотвратите это. При желании вы можете *молча и спокойно* вывести их за пределы того места, где происходит драка, чтобы она не причиняла вам лишних беспокойств и не испортила домашнюю мебель. Если вы решите, что надо разнять детей, отведите их обоих в отдельные места, чтобы они остудили свой пыл.

**2. Успокойте дерущихся детей**

Можно присесть, чтобы стать с ними одного роста. Ласково дотроньтесь до них. Примирительно посмотрите на каждого из них, не осуждая и не сердясь ни на кого. Не надо запугивать их, чтобы остановить драку. Не прибегайте к помощи таких фраз: "Ваши драки просто выводят меня из себя" или "Если вы не перестанете драться, я закрою на ключ каждого в своей комнате".

**3. Не выносите сами приговор в споре, создайте обеим сторонам одинаковые условия**. Например, если две сестры спорят над тем, какую книгу им почитать, "поместите их в одну лодку", соедините в команду, сказав следующее: "Когда вы вдвоем решите, какую книгу вам почитать, подойдете и скажете мне".

Если дети дерутся из-за игрушки, подождите, пока они успокоятся, протяните руку к предмету, из-за которого они дерутся, и скажите им следующее: "Вы снова получите эту игрушку, когда придете к согласию, как поделить ее, чтобы никто не был обижен". Затем удалитесь из комнаты вместе с игрушкой, и пусть они сами разберутся во всем. **Научите их умению меняться игрушками и поочередно сменять друг друга в каком-либо деле**. Для этого полезно воспользоваться таймером или часами, которые помогут маленьким детям делать что-нибудь в порядке очереди.

**4. Научите обоих детей договариваться так, чтобы в выигрыше всегда оставались две противоборствующие стороны**

Направьте их по пути мирных переговоров. Подчеркните, что драка делу не поможет, но и постоянные "уступки" не решат всех проблем. Компромисс в этом деле - не самый эффективный выход из положения. В большинстве случаев он только оставляет обе стороны конфликта ущемленными в своих собственных интересах, так как каждая из этих сторон больше заботится о той половине, которую приходится уступить, чем о том, которую она получает взамен. **Когда драчуны успокоятся, помогите им договориться так, чтобы они** оба остались при своих интересах. Не предпринимайте попыток договориться в то время, пока они злятся друг на друга. Ничего не получится.  *Например, если ваш ребенок говорит: "Я ненавижу своего брата", отреагируйте следующим образом: "Сейчас можно понять всю твою злость на него", а не так: "Разве можно ненавидеть своего брата? Нехорошо говорить такие вещи". Чувства, к которым относятся с пониманием и сопереживанием, утрачивают свою силу. Они теряют свой разрушительный заряд. Помогите ребенку отчетливо осмыслить, в чем заключается его злость, и подведите его к тому, чтобы он сумел высказать свои чувства брату или сестре.* Когда вы прокомментируете увиденное и сообщите ребенку, что понимаете его чувства, злость дерущихся "поостынет", и вы сможете перейти снова к переговорам.

**5. Совершите неожиданный поступок**

Например, если ваши дети обзывают друг друга, присоединитесь к ним в игровой манере. Через несколько минут все уже будут смеяться над тем, какие забавные названия они понапридумывали.

**Еще несколько советов, которые касаются частных случаев.**

1. **Не поощряйте ябедничества**("Мам, а Маша бьет меня!"), лучше отреагируйте на это следующим образом: "Должно быть, тебе больно. Интересно, что же ты предпримешь для того, чтобы он этого больше не делал?" Обычно дети ябедничают, когда хотят, чтобы тот другой, который их обидел, имел неприятности со взрослыми. Если дети осознают, что ябедничество не приносит им успеха, то они, как правило, больше этого не делают.
2. Если ваш ребенок всегда уступает и сдается на милость победителя, то **научите его умению защищать себя и отстаивать свои права.** Например, если ваш ребенок в ответ на грубость и придирки другого обычно начинает плакать, научите его, как надо прикрикнуть на своего обидчика: "Перестань!", постепенно повышая голос, пока другой не отстанет от него. Пусть он попрактикуется делать это вместе с вами.
3. **Научите их умению общаться** эффективно и искренне, высказываясь примерно так: "Я считаю... когда ты... потому что... я хочу, чтобы ты...". Не следует разбавлять общение вспышками гнева и проявлять агрессивность в стремлении добиться желаемого результата.
4. Если дети ревностно относятся к своим недостаткам, сравнивая их с достоинствами других, **дайте им понять, что они сами по себе являются цельными и совершенными натурами**, не обладающими одинаковыми качествами с другими людьми. Например, если Ксюша жалуется вам: "Мам, я не такая хорошенькая, как Наташа", отреагируйте следующим образом: "Дело не в том, что ты не такая, как она. Я люблю тебя за то, что ты отличаешься от Наташи.