

## Медиация необходима в следующих случаях:

- 1) Когда необходимо прийти к тому или иному решению в результате переговоров и закрепить его документально;
- 2) Когда между сторонами есть договоренности, которые они не могут раскрывать третьим лицам, и хотят сохранить конфиденциальность;
- 3) Когда раздражение и эмоции препятствуют эффективному общению сторон;
- 4) Когда стороны ограничены временными рамками и экономят средства;
- 5) Когда стороны хотят оставаться в партнерских или добрых отношениях.

### ЕСЛИ ВЫ:

- поругались или подрались;
- если вас обижают в классе;
- у вас что-то украли, вас побили, и вы знаете обидчика и т.д.

### ВЫ МОЖЕТЕ ОБРАТИТЬСЯ В СЛУЖБУ МЕДИАЦИИ



## Школьная служба примирения

Работа Школьной службы примирения направлена на помощь ученикам школы в мирном разрешении конфликтов.

Программы примирения могут проводиться службой только при добровольном участии всех сторон конфликта.

Люди, ведущие примирительную встречу не будут судить, ругать, кого-то защищать или что-то советовать. Их задача – помочь вам самим спокойно разрешить свой конфликт.

Главными участниками встречи будете вы сами.

### В школьной службе примирения

#### состоят

*Руководитель ШСП:* Терентьева Татьяна Викторовна (Каб. 404)

#### *Педагоги:*

- Танасейчук Оксана Анатольевна,
- Глушенкова Анжелика Валерьевна,
- Соболева Екатерина Геннадьевна,
- Панова Олеся Николаевна,
- Ткаченко Ирина Николаевна,

#### *Обучающиеся:*

- Соболева Ксения
- Савенко Илья
- Чебуранова Анна
- Павлуткина Тамара
- Кривицкая Кристина
- Смирнова Алина
- Квашнина Карина
- Скурихина Марина

#### *Родители:*

- Трофимова Ирина Анатольевна

#### *Студенты-волонтеры:*

- Радюк Глеб Валерьевич (ТГПУ)

## Наши контакты

### Телефон:

- 8(3823) 52-24-50

Глушенкова Анжелика Валерьевна,  
заместитель директора по правовому воспитанию;

Терентьева Татьяна Викторовна. Педагог-организатор

**Кабинеты: 118, 303,404**

e-mail: [maou-sfml@seversk.gov70.ru](mailto:maou-sfml@seversk.gov70.ru)

e-mail: [maou-sfml@seversk.gov70.ru](mailto:maou-sfml@seversk.gov70.ru)

**VK :** [https://vk.com/wall-110045705\\_141](https://vk.com/wall-110045705_141);

[https://vk.com/wall-110045705\\_141](https://vk.com/wall-110045705_141)

### Правила бесконфликтного общения

1. Старайся жить так, чтобы людям рядом с тобой было хорошо.
2. Прежде чем обратиться к человеку, улыбнись ему: ведь добрые отношения начинаются с улыбки.
3. Научись радоваться не только своим успехам, но и успехам товарищей по классу.
4. Старайся прийти на помощь товарищу, не жди, пока тебя об этом попросят.
5. Никогда никому не завидуй и не ябедничай: ябеда озлобляет людей и разрушает их отношения.
6. В споре будь сдержан и тактичен.
7. Избегай конфликтов, ссор, не совершай необдуманных поступков.
8. Научись сотрудничать, договариваться, уступать, находить компромисс.
9. Главное – относись к людям так, как ты хочешь, чтобы относились к тебе

## Правила поведения в конфликтных ситуациях

### 1. Дайте партнеру «выпустить пар».

Если он раздражен и агрессивен, то нужно помочь ему снизить внутреннее напряжение. Пока это не случится, договориться с ним трудно или невозможно.

**2. Потребуйте от него спокойно обосновать претензии.** Скажите, что будете учитывать только факты и объективные доказательства. Людям свойственно путать факты и эмоции.

**3. Сбивайте агрессию неожиданными приемами.** Например, попросите доверительно у конфликтующего партнера совета, задайте неожиданный вопрос. Сделайте комплимент («В гневе вы еще красивее... Ваш гнев гораздо меньше, чем я ожидал, вы так хладнокровны в острой ситуации...»).

Главное, чтобы ваши просьбы, воспоминания, комплименты переключали сознание разъяренного партнера с отрицательных эмоций на положительные.

**4. Не давайте ему отрицательных оценок, а говорите о своих чувствах.** Не говорите: «Вы меня обманываете», лучше звучит: «Я чувствую себя обманутым». Не говорите: «Вы грубый человек», лучше скажите: «Я очень огорчен тем, как вы со мной разговариваете».

**5. Попросите сформулировать желаемый конечный результат и проблему как цепь препятствий.** Проблема — это то, что надо решать. Отношение к человеку — это фон или условия, в которых приходится решать. Не позволяйте эмоциям управлять вами! Определите вместе с ним проблему и сосредоточьтесь на ней.

**6. Предложите партнеру высказать свои соображения по разрешению возникшей проблемы и свои варианты решения.** Не ищите виновных и не объясняйте создавшееся положение, ищите выход из него. Не останавливайтесь на первом приемлемом варианте, а создавайте спектр вариантов. Потом из него выберите лучший. При поиске путей решения помните, что следует искать взаимоприемлемые варианты решения.

**7. В любом случае дайте партнеру «сохранить свое лицо».** Не позволяйте себе отвечать агрессией на агрессию. Не задевайте его достоинства. Он этого не простит. Давайте оценку только его действиям и поступкам.

**8. Не бойтесь извиниться, если чувствуете свою вину.** Во-первых, это обезоруживает партнера, во-вторых, вызывает у него уважение. Ведь способны к извинению только уверенные и зрелые личности.

**9. Ничего не надо доказывать.** В любых конфликтных ситуациях никто никогда и никому ничего не может доказать. Даже силой. Это — бесполезное, пустое занятие. Отрицательные эмоциональные воздействия блокируют способность понимать, учитывать и соглашаться с «врагом».

**10. Замолчите первым.** Если так уж получилось, что вы потеряли контроль над собой и не заметили, как вас втянули в конфликт, попытайтесь сделать единственное — замолчите. Ваше молчание позволяет выйти из ссоры и прекратить ее. В любом конфликте участвуют обычно две стороны, а если одна исчезла — с кем ссориться?

***Независимо от результата разрешения противоречия старайтесь не разрушать отношения.***

Муниципальное автономное  
общеобразовательное учреждение  
«Северский физико-математический лицей»

## Школьная служба примирения (ШСП)



*«Все конфликты в мире и в душе человека  
проходят через его сердце и возвращаются к  
нам осмысленными и понятными.  
А то, что понятно, уже не так страшно.»*

*Фромм Э.*