

# **Форум педагогов-руководителей служб школьной медиации (примирения)**

**Обучение навыкам решения конфликтов и их  
практическое применение в условиях  
образовательного учреждения.**



**Подготовил:**  
*педагог-психолог  
Валерий Павлович  
Горбунов*

*Богородский  
муниципальный округ*

# Наша команда



## Школьная медиация

# Отсутствие взаимопонимания

1. Изучение себя;
2. Изучение других;
3. Изучение конфликтов и способов их решения;



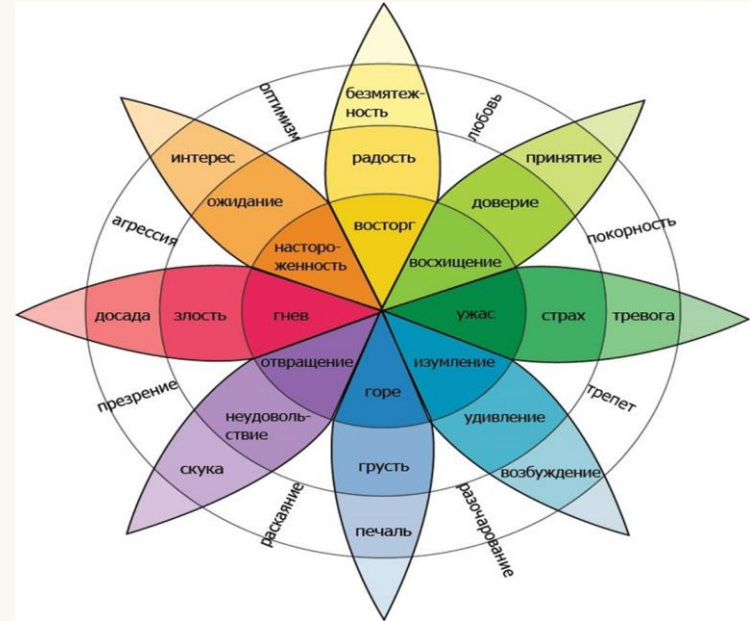
Курс подготовки по медиации

<https://disk.yandex.ru/d/0WPQzwpkKsW-hQ>

# Самопознание



## Эмоции



## записи мыслей (ФЗМ)

Если мое настроение ухудшается, я спрошу себя: «О чем я сейчас думаю?», запишу эти мысли и проверю, насколько они соответствуют реальности; затем я проверю их на достоверность и выберу наиболее полезный ответ, который поможет мне почувствовать себя лучше

Ситуация	Автоматические мысли	Реакции:	Адаптивный ответ	Результат
Какое событие, поток мыслей, мечтания или воспоминание привели меня к возникновению неприятной эмоции?	О чём я подумал? Какие мысли или образы у меня возникли? Насколько в тот момент я был убежден в них? (0-100%) Какие когнитивные искажения я допустил?	1. Какие эмоции у меня возникли в тот момент? Насколько они были сильными? (0-100%) 2. Физические ощущения в теле? 3. Как изменилось моё поведение?	Сформулируйте адаптивный полезный ответ, используя сократовские вопросы. Насколько я убежден в этом ответе? (0-100%)	1. Какие эмоции я теперь испытываю? Насколько они сильны? (0-100%) 2. Насколько я теперь убежден в автоматической мысли? (0-100%) 3. Как теперь мне хотелось бы поступить?

# Понимание других

## Общение на равных

### Поиск схожих черт

Мы с тобой одной крови!



Ценность себя  
Ценность другого  
Ответственность  
Честность

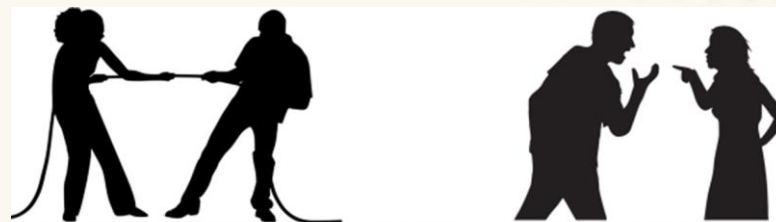


### Отражение чувств



# Практика

Создаем ситуацию



**КОНФЛИКТЫ В МЕЖЛИЧНОСТНЫХ  
ОТНОШЕНИЯХ**



Решаем проблему





# *Обучение медиаторов*

1. Еженедельные сборы;
2. Обмен опытом, рефлексия;
3. Подготовка докладов по проблемным вопросам;
4. Выступление на уроках психологического просвещения, классных часах, общешкольных собраниях.

# Профилактика буллинга

## СТОП БУЛЛИНГУ

фразы-помощники  
жертвам маленького агрессора



## НЕПРАВИЛЬНО

- ✗ **Спорить** («Я совсем не толстый, просто крупный»,  
«Это новая кофточка, самая модная, ты просто не понимаешь»)
- ✗ **Отвечать тем же** («Ты сам дурак!», «Ты сама с помойки»)
- ✗ **Угрожать** («Я все расскажу учительнице!», «вы у меня получите!»)
- ✗ **Делать вид, что не слышишь, но при этом краснеть и прятать глаза**
- ✗ **Делать вид, что тебе смешно, если это не так убежать и прятаться**
- ✗ **Плакать и жаловаться**
- ✗ **Бросаться в драку**  
и вообще пытаться непременно все это остановить.

ШКОЛА  
РАЗВИТИЕ ЭМОЦИЙ



## ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТРАВЯТ ДРУГИХ

Если травля – это болезнь группы, лечить ее надо тоже всем вместе.

Достаточно хотя бы нескольким ребятам договориться, что они больше не будут пассивно смотреть, как над кем-то издеваются.

- 😊 **Сказать:** «Это не круто. Это глупо. Прекратите»
- 😊 **Подойти** к тому, кого обижают, и сказать ему: «Не слушай, это они сдуру»
- 😊 **Поговорить с агрессорами** и сказать, что вам это не нравится, и если они не прекратят, вы расскажете взрослым
- 😊 **Попросить учителя помочь** вам справиться с травлей в классе

ШКОЛА  
РАЗВИТИЕ ЭМОЦИЙ



## ПРАВИЛЬНО

- ✅ **Пожать плечами** («Может, и так»)
- ✅ **Улыбнуться** («Я так рад, что вам весело!»)
- ✅ **Перевести внимание на обидчиков** («Да, я знаю, что тебе нравится так говорить»)
- ✅ **Задать встречный вопрос** («Тебе хочется так думать?»)
- ✅ **Согласиться** («Да, у меня полно недостатков, ты верно заметил»)
- ✅ **Дать разрешение** («Ты можешь так думать, если хочешь»)

## Смысл любых правильных реакций –

показать, что то, что происходит – их дело, а не твое. Это они тут что-то думают, чего-то хотят, скачут-прыгают-кричат, какие-то имеют мнения и интересы.

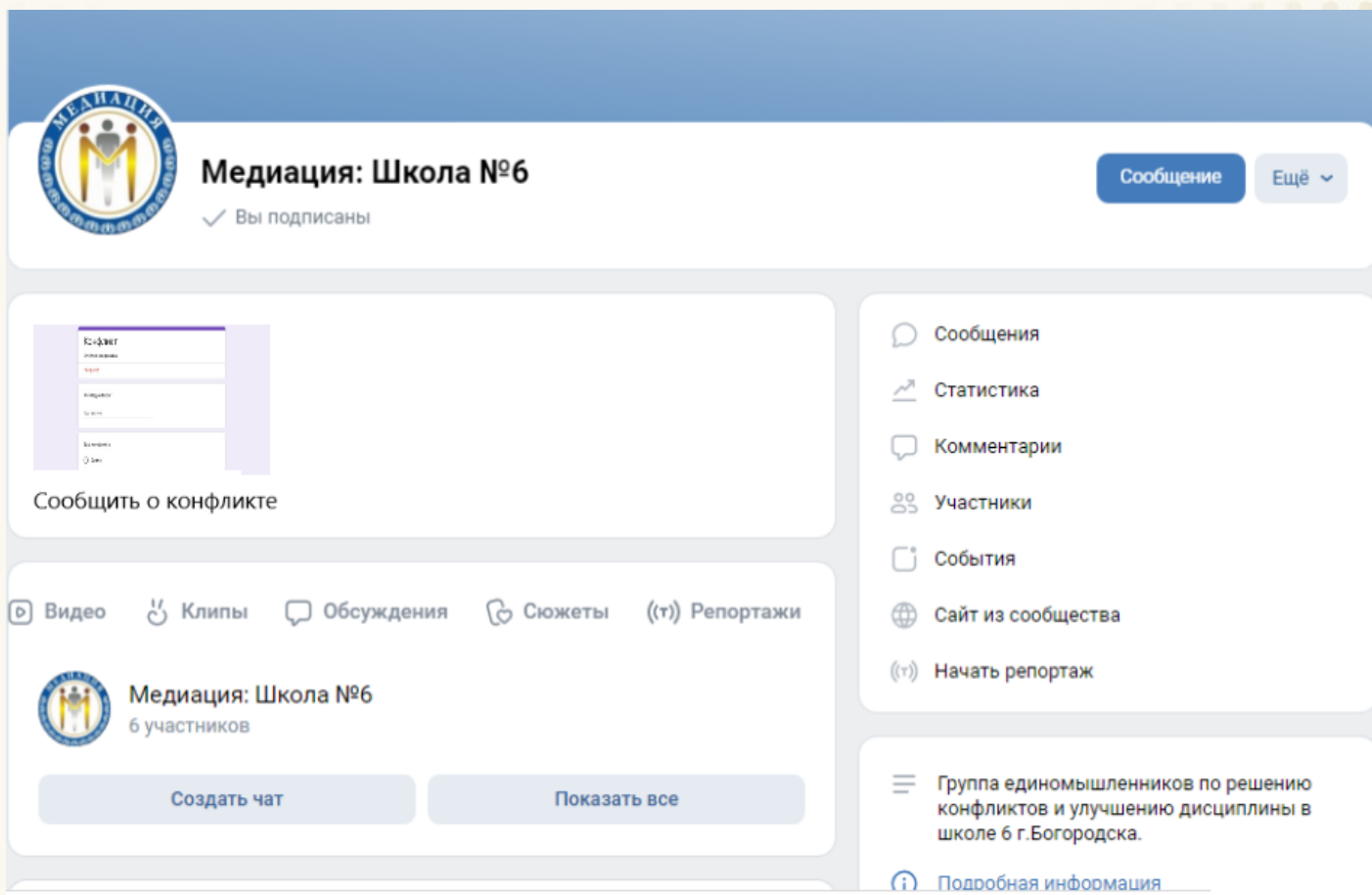
Ты этим если и интересуешься, то из вежливости.



# «Служба школьной медиации»

Наше сообщество:

[https://vk.com/school6\\_mediators](https://vk.com/school6_mediators)



The screenshot shows the VK community page for 'Медиация: Школа №6'. The page header includes the community logo, name, and a 'Сообщение' button. Below the header is a 'Сообщить о конфликте' form. A navigation bar offers options like 'Видео', 'Клипы', 'Обсуждения', 'Сюжеты', and 'Репортажи'. The main content area features a post from the community with 6 participants and buttons for 'Создать чат' and 'Показать все'. A right-hand sidebar contains navigation links such as 'Сообщения', 'Статистика', 'Комментарии', 'Участники', 'События', 'Сайт из сообщества', 'Начать репортаж', and 'Подобная информация'.



***Спасибо за  
внимание!***