

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
"Теляковская средняя общеобразовательная школа"  
Ясногорского района Тульской области

**Отчёт**  
**о деятельности школьной службы медиации**  
**за IV квартал 2021 года**

**Состав членов службы примирения**

Куратор ШСП - Горланова Мария Сергеевна, педагог-психолог  
Руководитель ШСП - Кучабо Ю.Б., учитель математики  
Анчишкина Н.В., учитель начальных классов

**Цели:**

**Образовательная:** формировать у обучающихся навыки позитивного общения, работать над развитием коммуникативных компетенций.

**Развивающая:** развивать умение рассуждать, выражать свои мысли связно, последовательно, способствовать развитию коммуникативных умений и творческих способностей воспитанников.

**Воспитывать** у детей миролюбие, принятие и понимание других людей, умение позитивно с ними взаимодействовать.

**Задачи:**

- Воспитывать в детях уважение, внимательность по отношению к окружающим людям.
- Показать детям значимость позитивного общения.
- Развивать навыки самоанализа и самосовершенствования.

**Предполагаемый результат:**

- Анализ обучающимися правил общения с людьми и принятие правил других людей.
- Осознание школьниками важности и необходимости дружеских взаимоотношений через позитивное общение.

На период VI квартала 2021 года была проведена беседа «Умей управлять своими эмоциями» с обучающимися 5-7 классов МОУ «Теляковская СОШ» (рук. Кучабо Ю.Б.).

**«Умей управлять своими эмоциями»**

**Цель:** формировать бесконфликтные отношения в школе через воспитание уважительного отношения друг к другу; научить управлять собой, контролировать свои эмоции.

**Ход занятия**

Добрый день. Ребята, посмотрите, перед вами (на доске) картинка с изображением цветика-семицветика. все лепестки этого цветка разного цвета. А теперь представьте, что этот цветок — весь мир вокруг вас. Отметьте свое место на этом цветке посадив на него бабочку, поясните, почему вы выбрали именно этот цвет.

Цветик-семицветик



Мир чувств и эмоций сложен и разнообразен. Сегодня мы поговорим об эмоциях, вспомним, какие бывают эмоции, как они могут повлиять на здоровье человека, как научиться ими управлять. А что же собой представляют эмоции? *Ответы детей* (Эмоции — это выражение нашего отношения (чувства) к происходящему вокруг нас или внутри нас)

Все эмоции выражаются на лице человека с помощью глаз, бровей и рта. От этого внешность, в зависимости от эмоционального состояния, меняется. Часто эмоции сопровождаются выразительными движениями.

| ЧТО ДЕЛАЕТ НЕСЧАСТНЫМ                                                                                                                                                                              | ЧТО ДЕЛАЕТ СЧАСТЛИВЫМ                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Ненависть</li><li>• Горе</li><li>• Вина</li><li>• Гнев</li><li>• Зависть</li><li>• Жадность</li><li>• Обидчивость</li><li>• Ужас</li><li>• Страх</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Любовь</li><li>• Доброта</li><li>• Радость</li><li>• Удовольствие</li><li>• Способность прощать</li><li>• Интерес</li><li>• Скромность</li><li>• Веселье</li></ul> |

Положительные эмоции (радость, восторг, ликование) благотворны не только для человека, который их переживает, но и для окружающих его людей. Эти эмоции несут в себе заряд энергии и как бы "заражают" другого человека хорошим настроением.

Отрицательные эмоции (злость, гнев, страх, отвращение) наоборот, могут навредить здоровью человека и его окружению, у всех появляется нервозность, обида друг на друга. Какие чувства и эмоции вы испытываете по отношению к людям? Какие чувства и эмоции, мешают вам общаться с людьми?

#### ***Игра - тренинг «Волшебный цветок добра»***

Дети, встаньте в круг, слегка вытяните руки вперед ладонями вверх и закройте глаза. Представьте себе то, что я вам сейчас скажу.

- Нарисуйте в своём воображении цветок добра и хорошего настроения. Положите его на обе ладони. Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная музыка. И вам хочется её послушать. Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в своё сердце.

- Почувствуйте, как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете, как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вашей душе...

- Вас обвевает тёплый, ласковый ветерок. У вас доброе, согревающее душу настроение.

Раздражительность и несдержанность – это главные враги общения, поэтому необходимо учиться с ними бороться. Умение усмирять свои эмоции и порывы не появляется само по себе, для того чтобы постичь искусство самообладания, нужно приложить немало усилий.

К сожалению, в жизни нам очень часто приходится сталкиваться с ситуациями, которые вызывают у нас гнев и раздражение. Грубость по отношению к нам может вызвать ответную реакцию - агрессию. Обиженный человек в большинстве случаев не способен полностью анализировать свои действия, поэтому в эмоционально нестабильном состоянии мы очень часто совершаем несвойственные нам поступки. Причиной раздражительности не обязательно становятся внешние факторы. В некоторых случаях человек становится не в меру агрессивным, когда у него просто плохое настроение.

Разные по характеру и темпераменту люди проявляют негативные эмоции не одинаково. Одни выражают негодование бурно, устраивая настоящий скандал, другие высказывают претензии более сдержанно. Но в любом случае, негативные эмоции оказывают деструктивное воздействие на того, кто утратил контроль над собой. Многие

люди пытаются подавлять гнев, ярость, раздражение и злобу, но это не решает саму проблему. Отрицательные эмоции рано или поздно выплеснутся наружу, а если их долго сдерживать, то произойдет это с удвоенной силой. Единственный правильный путь к спокойствию – научиться управлять своими переживаниями.

### ***НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ***

Если вам нанесли оскорбление, не отвечайте тем же. Постарайтесь успокоиться, сосчитайте до 10 – за это время вы остынете, и желание вступать в конфликт пропадет само собой. Одним из проявлений сильного гнева является учащение пульса и дыхания, поэтому, чтобы успокоиться постарайтесь сделать несколько глубоких вдохов. Подумайте о чем-нибудь хорошем, направьте свои мысли в позитивное русло. Не давайте негативным эмоциям управлять вами. Выясните причину того, что именно вас раздражает и постарайтесь ее устранить. Учитесь правильно выражать свои чувства. Не бойтесь спокойно рассказывать окружающим о наболевшем. Старайтесь не замечать мелкие недостатки, не стоит придирается к деталям. Не совершайте опрометчивых поступков под воздействием эмоций. Скорее всего, когда вы успокоитесь, то сильно пожалеете о содеянном. Старайтесь общаться вежливо не только с посторонними, но и с близкими людьми. Относитесь терпимо к недостаткам окружающих. Делая замечание, старайтесь выбирать слова так, чтобы не обидеть человека. Мысленно станьте на сторону собеседника. Это поможет вам лучше понять мотивы его поведения.

### ***ТЕСТ Паутина (О тебе настоящем)***

На картине изображена паутина. Возьмите карандаш и нарисуйте паука и двух мух. Одна муха должна увязнуть в паутине, другая - остаться вне ее.

Если вы первым нарисовали ПАУКА, то вы – адекватный, деятельный, решительный человек. Вы владеете эмоциями и прислушиваетесь к голосу разума.

Если первой вы нарисовали МУХУ в ПАУТИНЕ, можно предположить, что вы - человек пассивный и не всегда адекватно воспринимаете информацию, склонны к рефлексии либо в настоящее время пребываете в состоянии стресса.

Если вы первой нарисовали МУХУ вне паутины, ваша позиция — наблюдательная, и ваша адекватность может «не сработать» в момент, когда нужно действовать на свой страх и риск. Вы предпочитаете ждать и не любите сюрпризов.

Если все фигуры РАВНО УДАЛЕНЫ друг от друга, вы адекватно воспринимаете жизнь. Вам приходилось как полностью контролировать обстоятельства, так и бывать ее безвольной жертвой.

Если МУХА РЯДОМ С ПАУКОМ, вы воспринимаете жизнь как борьбу. Вам редко удается расслабиться, потому что жизнь редко представляла вам шансы просто плыть по течению.

Если РЯДОМ ОКАЗАЛОСЬ МУХИ, это говорит о вашем желании выпутаться из любой ситуации, полагаясь на советы близких или друзей. Вы всегда ищете себе союзников и, как правило, находите их.

Для обучающихся 8-9 классов были проведены практические занятия «Как эффективно провести переговоры с участниками конфликта» (рук. Горланова М.С).

**Цель:** - развить коммуникативные способности обучающихся, умение общаться в группах, коллективе; - сформировать благоприятную психологическую и нравственную атмосферу в школе.

Была проведена беседа с родителями «Причины конфликтов и способы их избежать» (рук. Анчишкина Н.В.)

В декабре 2021 г. была рассмотрена конфликтная ситуация «ребенок»-«ребенок» между учеником 5 класса Гончаровым Н. и ученицей 1 класса Агеевой А. Проведена восстановительная медиация между учениками в присутствии их родителей. Медиаторы-

сверстники провели беседу с обучающимися о дружбе и взаимопомощи, учили ребят общаться без конфликтов.

**Вывод:**

- Деятельность ШСМ направлена на пропаганду бесконфликтного общения и разрешение конфликтных ситуаций с применением восстановительных технологий внутри школы.
- В ходе работы складывается опыт и понимание, для чего нужна ШСМ.

**В следующем квартале планируется:**

- получать информацию о происходящих в школе конфликтах с целью их разрешения мирным путем через почтовый ящик, куда обучающиеся могут помещать записки с информацией;
- проведение беседы «Мы разные, и это – здорово!» (5-9 кл);
- проведение выставки рисунков «Есть друзья, а для них у друзей нет выходных!» (1-4 кл);
- практическое занятие «Позитивное общение» (7-9 кл);
- школьной службе медиации взаимодействовать с органами и организациями системы профилактики безнадзорности и правонарушений, дополнительного образования, ПДН, КДН и ЗП.

Руководитель ШСМ: \_\_\_\_\_ Ю.Б. Кучабо