

## Школьникам — как помириться в споре или конфликте.

- Если тебя обижает поведение другого — подойди и спокойно скажи, что именно не нравится и почему для тебя это так важно. Всегда при ссоре старайся сначала сам поговорить с человеком, не делая ответных агрессивных действий, о которых ты наверняка пожалеешь, когда пройдет обида.
- Испортил что-то чужое — сам исправь, пообещал исправить — сделай это в оговоренный срок.
- Обидел — помирись. Просят извинения — прости. Простил — больше не вспоминай обиду.
- В споре — говорите по-очереди не перебивайте и слушайте друг друга.
- Подумай, что будет, если ваш конфликт (ссора) продлится, кому еще это может принести вред и обиду? Повредит ли конфликт хорошим отношениям в классе?
- Если кто-то тебя не понимает, и тебя это раздражает — сначала выслушай его позицию и попробуй понять его чувства: что важного он пытается показать тебе и окружающим своими действиями (поступками)? Понимать другого — не значит обязательно с ним соглашаться. Помни: нет полностью хороших или полностью плохих людей, а есть их разные поступки: учишься разбираться в ситуации.
- Научитесь сами договориться и решить споры без драк, обид и мести. Найдите решение, с которым все будут согласны. Помните, что каждую цель можно достичь многими разными способами, если постараться их найти.
- Если нет полной уверенности, что вы сможете спокойно и не ругаясь поговорить между собой — обратись к человеку, которому вы оба доверяете. Лучше, если он будет «нейтральным» (чтобы никого не обвинял) и поможет организовать безопасный диалог между вами. Это может быть ваш общий друг, педагог, психолог или медиатор вашей школьной службы примирения.
- Не нашли сразу решения — посоветуйтесь с родителями или друзьями. Но принимать конечное (итоговое) решение и выполнять обещанное все равно надо будет каждому из вас.
- Подумайте, что вы можете сделать, чтобы подобные конфликты (ссоры) больше не повторялись.
- Не поддерживайте конфликты и ссоры у своих одноклассников. Не распускайте слухи и сплетни. Помогайте им услышать друг друга, спокойно поговорить без угроз и оскорблений, и помириться.

