

Управление образования администрации  
Рыбинского муниципального района

муниципальное образовательное учреждение  
Песоченская средняя общеобразовательная школа

# Информационные материалы для родителей и обучающихся

(из опыта работы службы медиации  
в образовательной организации)

Рыбинский  
муниципальный район  
2016

Составители:

Сенченко Е.В. заместитель директора по воспитательной работе муниципального образовательного учреждения Песоченской средней общеобразовательной школы  
Цветкова И.А. педагог-психолог муниципального образовательного учреждения Песоченской средней общеобразовательной школы

Информационные материалы для родителей и обучающихся: из опыта работы службы медиации в образовательной организации / сост. Е.В. Сенченко, И.А. Цветкова, О.Ю. Троеглазова. – Рыбинский МР: МОУ Песоченская СОШ, 2016. - 20с.

Публикация осуществлена в рамках инновационного проекта развития служб медиации в образовательных организациях ЯО Департамента образования 27.01.2016 №66/01-03 «О расширении сети образовательных организаций, реализующих инновационный проект», обеспечения деятельности школьной службы медиации.

Бесконфликтное общение стало важнейшим элементом социальной реальности система образования призвана обратить внимание на весь спектр проблем воспитания культуры общения. Формирование культуры общения в образовательном учреждении предполагает: организацию определённого воспитательного процесса; особые психолого-педагогические условия и средства.

Адресована родителям и обучающимся всем участникам образовательного процесса.

Управление образования администрации  
Рыбинского МР, 2016

МОУ Песоченская СОШ, 2016

Сенченко Е.В., Цветкова И.А., О.Ю. Троеглазова, 2016

## Содержание

Введение.....	4
Обучающая игра с родителями.....	5
Трудности в общении с ребенком и пути их устранения...	10
Предупреждения и преодоления нарушений в поведении ребенка.....	11
Рекомендации по развитию положительных эмоций вашего ребёнка.....	17
Ритуалы, которые нравятся детям.....	18
Рубрика для обучающихся	
Поведение, которое помогает выйти из конфликтной ситуации без ссоры. Пойми себя .....	19

## Введение

«Мы разные» - простые слова, которые довольно часто можно услышать в контексте различных ситуаций, из которых складывается наша жизнь, как «мозаика» из множества элементов. Эти элементы могут быть окрашены как в позитивные, так и в негативные тона, но они неотделимы друг от друга и делают общую картину мироздания не такой уж скучной и однообразной, как если бы она была окрашена только одним цветом. «Мы разные» — простые слова, но, в то же время, они несут в себе очень важный смысл: у каждого из нас может быть свое мнение, своя позиция, свои интересы, ценности и т. д., которые во многом определяют наше отношение к жизни, и не всегда оно совпадает с представлениями тех, кто находится рядом. Между людьми возникают разногласия; иногда это всего лишь «мелочи жизни» на основе межличностного взаимодействия, а иногда жесткая конфронтация на уровне отдельных групп, стран и даже культур. «Мы разные» и поэтому не застрахованы от конфликтных ситуаций и споров в отношениях между супругами, коллегами по работе, в семье, творчестве. Этот список можно продолжать до бесконечности, так как современный мир полон противоречий, которые, к сожалению, не всегда разрешаются конструктивным способом, что приводит к конфликтам и противостоянию.

Ф. М. Достоевский в свое время сказал, что *«красота спасет мир»*, мы бы добавили от себя, что и *культура конфликтного взаимодействия*, как каждого человека в отдельности, так и общества в целом, могли бы внести в это важное дело свой неоценимый вклад. В ее основе лежит, прежде всего, сотрудничество, которое возможно только в том случае, если конфликтующие стороны готовы обсуждать возникшую проблему, заявлять о своих интересах и сделать попытку понять интересы другой стороны. Именно эти навыки и развивает использование медиации в урегулировании конфликтов.

## **Обучающая игра с родителями**

**Цель:** Практическое овладение навыками медиации использование активных методов рефлексивного подхода при взаимодействии учитель-родитель.

### **Задачи:**

- учить участников игры осознавать проблемы коммуникативной культуры: умение понимать скрытый мотив, умение держать временные границы, умение вступать в контакт;
- развивать способы нелинейного подхода в конфликтной ситуации: использовать способность быть в ситуации «здесь и сейчас», уметь рассматривать одновременно несколько контекстов;
- развивать медиативный опыт: умение сохранять эмоциональный баланс, умение слушать и слышать стороны конфликта, умение выявлять интересы двух сторон, умение держать эмоциональный накал и снимать агрессивные проявления;
- развивать способности принимать ответственность за свои решения.

**Игра предназначена:** для педагогов и родителей, интересующихся медиацией.

**Используемые методы:** дискуссия, мини - лекция, коммуникативные и медиативные техники, ролевые игры.

**Материалы:** круглый стол для переговоров, часы, материалы по медиации: памятка для медиатора; карточки распределения сторон конфликта.

### **Участники игры:**

- родители
- классный руководитель (куратор-медиатор)

## Ход игры

### 1. Приветствие

### 2. Презентация сторон

Основная цель: предоставить возможность сторонам рассказать о том, что произошло, как они видят ситуацию конфликта, спора.

Медиатор:

- Внимательно выслушать стороны;
- Следить за сохранением эмоционального баланса во время процедуры; не давать перебивать и оскорблять друг друга во время высказываний.
- Уточнять у сторон, правильно ли они поняли то, что говорят или дать обратную ясную связь о том, как понял сам, выделяя факты конфликтной ситуации, восприятие этих фактов сторонами (их интерпретации).
- Снижать уровень агрессивных оценок, даваемых сторонами друг другу.
- Уточнить, что они хотели бы получить в результате переговоров.

### 3. Дискуссия по выработке вопросов переговоров

Основная цель: сформулировать вопросы для переговоров.

Медиатор:

- даёт возможность сторонам выразить свои претензии, эмоции;
- управляет процессом, не допуская взаимных оскорблений;
- не позволяет уйти из-под контроля эмоциям сторон;
- получать дополнительную информацию, только по сути конфликта;
- уточнять ПОЗИЦИИ сторон относительно желаемого результата переговоров;
- выделять основные вопросы, которые волнуют стороны;
- оценивает, нужен ли кокус для дальнейшей работы;
- организует конструктивные переговоры, если кокус не нужен.

«Сейчас вы услышали друг друга, хотели бы вы спросить друг друга о чем-то или что-то сказать друг другу?»

#### **4. Кокус**

«КОКУС» — это процедура, применяемая в процессе проведения медиации, где медиатор (посредник) осуществляет беседу с каждой из сторон индивидуально. В соответствии с принципом равноправия сторон количество «кокусов», проводимых с каждой из сторон, должно быть одинаковым, так же как и время, проведенное в «кокусе».

Цель: подготовить стороны к дальнейшим конструктивным переговорам.

**Для медиатора**

**Нельзя:**

- Присоединяться эмоционально к стороне и сочувствовать;
- Давать оценки;
- Навязывать свои выводы;
- Соглашаться со спорщиком;
- Сообщать излишнюю информацию;
- Быть назидательным;
- Морализировать поведение сторон;
- Нарушать конфиденциальность;
- Брать на себя роль защитника;
- Проводить переговоры;
- Давать советы и рекомендации;
- Оказывать психологическую поддержку и рекомендации.

**Ошибки:** желание установить доверительные отношения со стороной, объяснить стороне всю ее «глупость/упрямство». Желание объективно показать стороне проблему часто приводит к попыткам уговорить войти в положение другой стороны. Стороны могут подчиниться такому воздействию, но почти всегда любое давление и внушение со стороны медиатора сказывается впоследствии различными

осложнениями.

## **5. Дискуссия по выработке предложений**

Цель: Выработать варианты предложений для урегулирования конфликта.

Задачи:

- Согласовать со сторонами вопросы для обсуждения.
- Определить порядок обсуждения вопросов.
- Помочь сторонам продуцировать предложения.
- Проверить выдвинутые предложения на возможность их реализации.
- Уточнить, как стороны понимают предлагаемые варианты решения ситуации.
- Проверить, насколько выдвигаемые предложения соответствуют интересам сторон.

## **6. Подготовка проекта соглашения**

Проверка выдвинутых соглашений на возможность их реализации, окончательное редактирование письменного текста. Обсуждение мер, которые будут приняты каждой из сторон в случае нарушения соглашения. Медиатор постоянно проверяет стороны. *«В такой формулировке это Вас устраивает? Каким образом это будет происходить? Вы уверены, что, формулируя таким образом, Вы сможете определить выполнение этого пункта?»*

## **6. Выход из медиации.**

Цель:

- Создать понимание у сторон, что они будут делать в будущем, когда уйдут с медиации.
- Поблагодарить стороны за работу.
- Проверить удовлетворённость сторон результатом медиации (если соглашение достигнуто).

**Суть конфликта (карточки):**



- Родители (группа детей из класса постоянно обижают ребёнка, прячут портфель, не выпускают из школы, обзываются, из этого у него двойки и т.д.)
- Представитель родителей группы детей, которых обвиняют в агрессии (они считают, что он сам провоцирует класс на такое к нему отношение, задирается, обзывается, пишет в контакте «всякие гадости»)

Ссоры идут с первой четверти. Родители постоянно звонят друг другу с оскорблениями. Никто друг друга «не слышит». Дети включены в конфликт. Обсуждение происходит в социальных сетях. Поступают требования перевести ребенка в другую школу.

### **Ход игры:**

(10 мин. на организационные вопросы и обратная связь, 15 м. на медиацию)

Группа делится на три подгруппы: родители (1); родители (2) и медиатор с помощниками. Рассаживаются конфликтующие стороны вокруг стола, между ними медиатор.

Медиатор имеет право консультироваться с помощниками, в любой момент.

### **Подведение итогов (Обратная связь)**

Вам понравилось участвовать в игре?

Что вы чувствуете в данный момент?

1. Что было самым сложным для вас?
2. Что свидетельствовало, по-вашему, что медиация сможет разрешить данный спор?

## Трудности в общении с ребенком и пути их устранения

<b>Типы плохого поведения. В чем проявляется. Как исправить поведение ребенка</b>				
<b>Цель, которую неосознанно преследует ребенок</b>	<b>Поведение Ребенка</b>	<b>Реакция Взрослых</b>	<b>Ответ ребенка на реакцию Взрослых</b>	<b>Рекомендации Педагога – психолога</b>
1. Привлечь к себе внимание	Ноет, шумит, встречается в разговор, не слушается	Обращают внимание и раздражаются	Прекращает на время, затем снова начинает	1. Игнорировать. 2. Обращать внимание, когда ведет себя хорошо
2. Показать, что имеет власть над другими	Отказывается делать то, что от него хотят	Пытается использовать свою власть, чтобы заставить, начинает сердиться	Упрямится или усиливает неповиновение	Избегать борьбы за власть
3. Отплатить, отомстить, взять реванш	Вредит или портит вещи, может оскорбить	Считают ребенка подлым и злым, чувствуют гнев	Чувствует себя оскорбленным, стремится отплатить и за это	Не показывать свой гнев и обиду
4. Продемонстрировать свою неспособность	Неспособен научиться сам. навыкам, требует помощи	Соглашаются с тем, что р-к ни на что не способен	Остается беспомощным	Поверить в способности и возможности ребенка

## Предупреждения и преодоления нарушений в поведении ребенка

Нарушение	Проявление	Причина	Воспитательные методы и приемы
<b>Непослушание</b> -отказ слушаться кого-нибудь (отца, мать, других членов семьи)	Невыполнение принятого в семье распорядка, режима дня, отказ выполнять трудовые обязанности, поручения, уроки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Предъявление ребенку невыполнимых или взаимоисключающих требований (приказаний).</li> <li>- Нарушение этики общения (неосторожно сказанное, слово) и норм поведения.</li> <li>- Несогласованность в требованиях родителей и членов семьи к ребенку.</li> <li>- Непедагогичные методы воспитания.</li> <li>- Недостаток родительского внимания.</li> <li>- Отсутствие доверия или привязанности между ребенком и родителями.</li> <li>- Преобладание наказаний над поощрениями</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Не ругать, не читать нотаций часто.</li> <li>- Не считать непослушание ребенка из ряда вон выходящим явлением.</li> <li>- Выражать огорчение по поводу его поступка, действия, ошибки.</li> <li>- Поговорить доброжелательно без упреков и повышения голоса.</li> <li>- Проявлять любовь и внимание</li> </ul>
<b>Агрессивность</b> - действия, имеющие целью причинить моральный, психологический, физический ущерб или нанести вред другим	гнев, ненависть, враждебность, упрямство. Плач, крик, намеренно непослушание, разбрасывание вещей и игрушек, попытки ударить родителей,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Авторитарный стиль воспитания.</li> <li>- Деформация системы ценностей членов семьи.</li> <li>- Упущения в нравственном воспитании детей.</li> <li>- Подражание героям кино- и видеофильмов.</li> <li>- Чувства голода и усталости.</li> <li>- Чрезмерное количество ограничений по отношению к ребенку.</li> <li>- Стремление самоутвердиться</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать эмоциональную устойчивость и волевую регуляцию поступков и поведения.</li> <li>- Вовлекать в межличностные отношения.</li> <li>- Учить понимать переживания других; отождествлять себя с Другим человеком, менять свое мнение и позицию, сопоставляя их с мнениями и позициями других людей для преодоления эгоизма.</li> <li>- Создать спокойную,</li> </ul>

	других членов семьи		<p>доброжелательную атмосферу в семье.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Предъявлять требования в различных формах, уважая личность ребенка.</li> <li>- Обоснованно применять методы поощрения и наказания с учетом психофизиологических и половозрастных особенностей детей.</li> <li>- Сдерживать вспышки гнева и раздражения при оценке поступков и действий ребенка,</li> <li>- Проявлять любовь</li> </ul>
<b>Упрямство</b> - неуступчивость, стремление добиться своего вопреки здравому смыслу	Сердитость, злость, сопротивление, настаивание на том, что хочется только ребенку	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Нарушение взаимоотношений родителей с ребёнком.</li> <li>- Неумение поддержать ребенка в трудной ситуации.</li> <li>- Игнорирование интересов и потребностей ребенка.</li> <li>- Утверждение родительского авторитета силой</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проявлять твердость и настойчивость, не злясь и не показывая плохое настроение.</li> <li>- Не унижать ребенка.</li> <li>- Не применять принуждения.</li> <li>- Откладывать решение спорной проблемы на какое-то время,</li> <li>- Привлекать к решению спорной проблемы друзей ребенка.</li> <li>- Контролировать себя и свои действия</li> </ul>
<b>Каприз</b> - прихоть, проявление необычного состояния отклонение от обычного нормально	Бурное проявление гнева, плача, крика, топание ногами, катание по полу, попытки усунуть,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Неосторожно сказанные слова членов семьи,</li> <li>- Отсутствие требовательности со стороны взрослых.</li> <li>- Отрицательная реакция родителей на капризы.</li> <li>- Болезненное состояние.</li> <li>- Чрезмерная родительская любовь.</li> <li>- Беспрекословное</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разумно организовать режим дня ребенка.</li> <li>- Создать здоровую морально-психологическую атмосферу в семье.</li> <li>- Проявлять умеренную требовательность.</li> <li>- Выбатывать у ребенка привычку считаться с мнением и интересами</li> </ul>

<p>го поведения</p>	<p>поцарапать, пнуть, плюнуть, швыряние вещей и предметов, хлопанье дверью</p>	<p>выполнение родителями всех желаний и прихотей ребенка. - Проявление протеста в ситуации необоснованного подавления взрослыми самостоятельности и инициативы ребенка. - перевозбуждение нервной системы ребенка</p>	<p>других людей. - Соблюдать режим сна, питания и т. д. Устранять источник впечатлений. - Отвлекать ребенка от того, что стало причиной каприза (обнять, погладить по голове, поцеловать, проявить доброжелательность). - Проявлять спокойствие и равнодушие в момент каприза. - Избегать угроз, упреков, насилия, физических наказаний. - Спокойно и ласково поговорить с ребенком после того, как он успокоится, придет в себя. - Проявлять любовь</p>
<p><b>Гиперактивность</b> - (греч. hyper - сверху-непроизвольные движения при нарушении нервной системы)</p>	<p>Чрезмерная подвижность; неспособность к продолжительной концентрации внимания (реактивное движение, звуки, свет)</p>	<p>- Употребление матерями алкоголя и наркотиков в период беременности. - Осложнение беременности и родов, - Соматические заболевания в ранней детстве. - Физические и психические травмы. - Нарушения центральной нервной системы - Стрессы и переутомление матери</p>	<p>- Разумно организовать распорядок дня. - Создавать спокойную обстановку при подготовке ребенком уроков. - Упреждать конфликтные ситуации. - Подбирать игры, которые способствуют концентрации внимания, выработке выдержки, координации движений. - Поддерживать малейшие проявления позитивного поведения. - Избегать частых наказаний</p>

<p><b>Замкнутость</b> - скрытность, отдаленность, отчужденность, обособленность, необщительность</p>	<p>Неразговорчивость, молчаливость, скрытность и обособленность</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Авторитарный стиль семейного воспитания.</li> <li>- Индивидуально-психологические и половозрастные особенности.</li> <li>- Недостатки воспитания в учреждениях (детский сон, школа-интернат).</li> <li>- Способ защиты от чрезмерной опеки взрослых</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проявлять терпение и тактичность в игра и общении с детьми.</li> <li>- Установить дружеские отношения во время игры, совместного труда и досуга.</li> <li>- Включать ребенка в различные коллективные дела (игры, соревнования, конкурсы, спектакли).</li> <li>- Проявлять ласку и любовь</li> </ul>
<p><b>Гнев</b> - чувство сильного возмущения, негодования</p>	<p>Проявление агрессивности, плач, крик, битье посуды, швыряние книг, игрушек, предметов, повышение голоса, насильственные действия по отношению к животным, младшему брату или сестре, употребление оскорбительных слов и выражений</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Неудовлетворение потребностей ребенка.</li> <li>- Оскорбление.</li> <li>- Применение принуждений и наказаний.</li> <li>- Нарушение этики взаимоотношений и общения.</li> <li>- Несправедливое отношение к ребенку.</li> <li>- Состояние болезни</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проявлять спокойствие в момент гнева ребенка.</li> <li>- Не наказывать.</li> <li>- Оставлять на время в покое.</li> <li>- Отвлекать ребенка от того, что становится причиной гнева</li> </ul>

<p><b>Драчливость</b> - склонность ребенка к физическим столкновениям, драке</p>	<p>(Насильственные действия по отношению ко младшим братьям, сестрам, животным, драки с детьми на улице и в школе</p>	<p>- Желание привлечь внимание отца, матери, других членов семьи.          - Соперничество между детьми.          - Притеснения в отношении младших братьев и сестер со стороны более сильного старшего ребенка.          - Отсутствие в семье справедливости по отношению к детям.          - Отсутствие в семье контроля за соблюдением дисциплины и порядка</p>	<p>- Выяснить причины драки.          - Развести детей по комнатам, предоставляя возможность успокоиться.          - Лишать на время телевизора, компьютера.          - Давать поручения по дому.          - Устанавливать требования по защите прав каждого ребенка.          - Установить правило, чтобы в семье не подшучивали над другими зло и обидно.          - Не разрешать старшему ребенку дразнить младшего.          - Быть справедливыми и беспристрастными посредниками при ссорах детей</p>
<p><b>Воровство</b> - склонность воровать чужие вещи и деньги</p>	<p>В зависимости от возраста может проявляться как воровство игрушек, вещей, денег, продуктов питания, спортивных товаров, мобильных телефонов,</p>	<p>- Мечта ребенка иметь заветную вещь.          - Желание сделать подарки друзьям.          - Стремление укрепить свое положение (статус) в коллективе ровесников.          - Мсть родителям за невнимание, недостаток любви к нему.          - Способ компенсации за свою безрадостную жизнь в детском учреждении.          - Способ самоутверждения в жизни.          •Выполнение требований взрослых</p>	<p>- Разъяснить, как себя вести по отношению к чужим вещам.          - Не устраивать публичных судилищ над ребенком дошкольного возраста при возвращении взятой у другого игрушки или вещи.          - Не вешать ребенку ярлык "вор", тем самым унижая его достоинство.          - Не вспоминать о воровстве в случае, если это вызывает гнев.          - Не предрекать будущее.          - Не применять</p>

	велосипед ов		физическое наказание
Ложь (лживость) - намеренн ое искажение истины, фактов и явлений действител ьности	В зависимос ти от возраста может проявлятьс я как мнимая и настоящая ложь в силу разных причин	- Мечта добиться признания, похвалы своих достоинств. - Стремление добиться любви родителей, родственников, взрослых. - Желание доказать свое превосходство над кем-то. - Способ приобрести что-то, что иным путем не приобретешь. - Способ защититься от неприятностей со стороны друзей. - Стремление избежать наказания родителей, педагогов, воспитателей, друзей. - Чрезмерная строгости дисциплина в семье, основанная на страхе. - Приспособление. - Симуляция болезни	- Избегать запретов и наказаний. - Своевременно замечать попытки лжи и предупреждать пользование ее результатами. - Исключать из методов семейного воспитания запугивание. - Проявлять внимание, доброту, ласку, участие, поддержку. - Не лгать
<b>Скорбь, глубокая печаль, страдания в результат е разлуки, утраты</b>	Шок, отчаяние,г нев, тревога, страх, чувство вины •Проявлен ие замкнутос ти, тревожнос ти, раздражит ельности, беспокойс тва во сне	- Потеря любимой игрушки, вещи, животного. - Разлука с матерью, отцом, братом, сестрой, другими членами семьи. - Смерть родителя (родителей), других членов семьи	- Избегать длительных разлук с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. - Не обманывать детей, давать точную и конкретную информацию о случившемся с учетом их возраста. - В случае смерти родителей или близких людей дать возможность детям присутствовать на похоронах. - Успокоить ребенка, приглушить у него чувство вины



***Рекомендации по развитию  
положительных эмоций  
вашего ребёнка***

**Папы и мамы! Дедушки и бабушки! Помните!**

- От повторяющихся знаков приветствия, одобрения, любви и принятия у ребёнка складывается ощущение: «со мной всё в порядке», «я – хороший». От сигналов осуждения, недовольства, критики появляется ощущение: «со мной что-то не так», «я – плохой».
- Душевная копилка ребёнка работает день и ночь. Её ценность зависит от того, что мы туда бросаем.
- Даже требования, которые вы предъявляете, должны быть наполнены любовью и надеждой.
- Научитесь слушать своего ребёнка в радости и в горести.
- Наказывая своего ребёнка, оставайтесь рядом с ним, не избегайте общения с ним.
- Станьте для своего ребёнка примером для подражания в проявлении положительных эмоций по отношению к членам своей семьи и к другим людям.
- Обнимайте и целуйте своего ребёнка в любом возрасте.
- Не разговаривайте со своим ребёнком с равнодушным и безразличным лицом.
- Заводите свои красивые, добрые и светлые ритуалы общения, которые сделают вашу жизнь и жизнь вашего ребёнка теплее и радостнее.

### *Ритуалы, которые нравятся детям*

- Перед уходом в школу получить объятие родителей и напутственное слово или жест.
- По возвращении из школы рассказать о своих успехах и проблемах и получить слова поддержки и участия за чашкой чая.
- В выходной день обсудить прожитую неделю и значение её для детей и родителей.
- Посидеть в сумерках при свечах рядом с мамой и папой.
- На ночь послушать сказку и быть заботливо укрытым.
- В свой день рождения получать сюрпризы и устраивать их для других членов семьи.
- Вместе с мамой готовиться к празднику и печь вкусный торт.
- Посидеть с мамой и папой, взявшись за руки, во время своей болезни и попросить у них любимую еду или что-то такое, чего давно хотелось.

**Поведение, которое помогает выйти из конфликтной ситуации без ссоры:**

1. Выслушай спокойно все претензии партнера
2. На агрессивность партнера реагируй сдержанно, не проявляй своих эмоций.
3. Попытайся заставить партнера говорить конкретней (только факты) и без отрицательных эмоций.
4. Всегда держи уверенную и равную позицию.
5. Извинись, если в чем-то действительно не прав.

## Пойми себя

Чем отличается **радость** от **удовольствия**? Радость – это очень активная эмоция или чувство, она тонизирует, сердце бьётся сильнее, хочется двигаться, смеяться. А удовольствие – это переживание спокойное, расслабленное.

Чем отличается **грусть**, **печаль** от **тоски** или **горя**? Грусть, печаль – это чувства или эмоции тихие, сопровождающиеся расслаблением. Хотя они и не считаются положительными эмоциями, но иногда человек получает удовольствие от грусти. А тоска или горе всегда сопровождаются душевной болью, напряжением, страданием.

Чем отличается **гнев** от **агрессии**? Гнев – это эмоция, а агрессия – это действия, наносящие вред кому-либо или чему-либо.

Чем отличается **вина** от **стыда**? Вина – это когда мы нарушаем внутренние правила, то есть которым мы внутренне следуем. А стыд – это всегда связано с тем, что подумают о нас другие люди. Мы можем не чувствовать вины, но нам все равно бывает стыдно, если мы знаем, что нарушили правила, которые установили другие люди. Эти чувства часто переплетаются. Так что трудно их разделить.

### **Информационные источники:**

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
2. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
4. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л. Тертель— М.: Проспект, 2005.

### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
2. <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей.

**Для заметок**

**Для заметок**

Информационные материалы  
для родителей и обучающихся

(из опыта работы службы медиации в образовательной  
организации)

Редактор Сенченко С.А.

Компьютерная верстка Троеглазова О.Ю.

МОУ Песоченская СОШ

152963, Ярославская область,

Рыбинский район,

П. Песочное, ул. Первомайская 1а

Тел. (4855)257-284

E-mail: peso05@yandex.ru