



РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛУБ «СЕМЕЙНАЯ ГОСТИНАЯ»

**«ЧТО ТАКОЕ МЕДИАЦИЯ?
МЕДИАТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ «БЕСКОНФЛИКТНОГО»
ОБЩЕНИЯ (В СЕМЬЕ)»**

ЦППМСП Московского района Санкт-Петербурга
педагог-психолог Галкина Евгения Георгиевна
24.12.2025г.

Медиация - это особые переговоры с участием третьей стороны (посредника, медиатора). Главная задача медиатора – создать условия для конструктивного взаимодействия сторон, результатом которого может стать взаимовыгодное соглашение, основанное на подлинных интересах сторон.

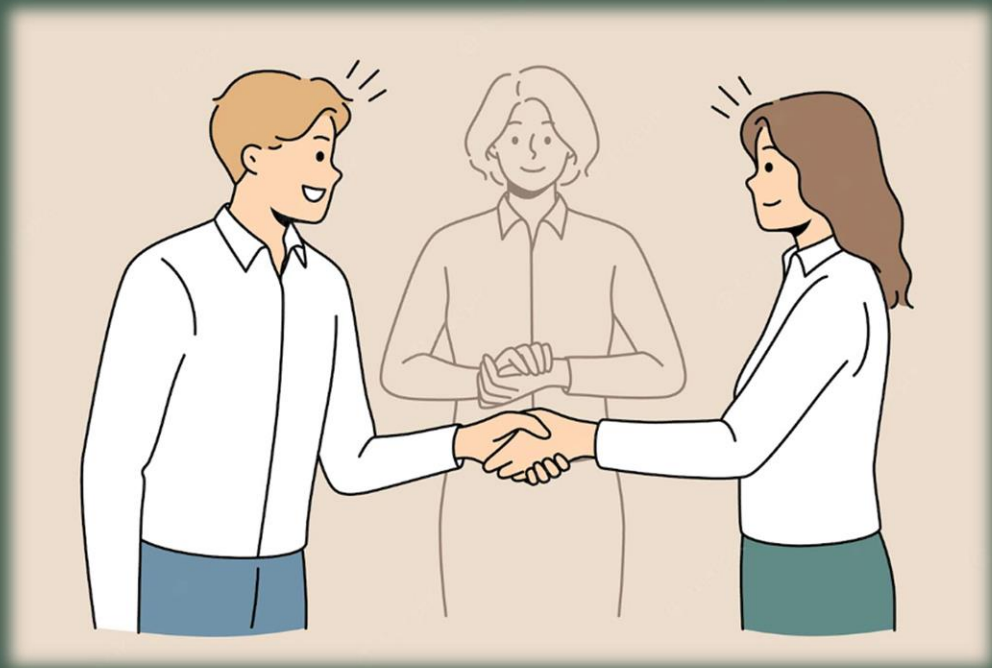


В настоящее время «развитие служб медиации (примирения) в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, относится к числу основных задач в сфере профилактики преступлений, совершаемых несовершеннолетними и в отношении них» Стратегии комплексной безопасности детей в РФ на период до 2030г. (Указ Президента РФ от 17 мая 2023г. № 358, п. 31.2)

«Развитие инструментов медиации для разрешения потенциальных конфликтов в детской среде и в рамках образовательного процесса, а также при осуществлении деятельности других организаций, работающих с детьми», относится к числу правовых механизмов реализации «Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025г.» (согласно Распоряжения Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р), таким образом, спектр задач ШСМ относится к воспитательной работе, осуществляемой в образовательных организациях, и следовательно школьная медиация подпадает под действие ФЗ от 29.12.2012г. №273 «Об образовании в РФ».

Основные НПА в сфере школьной медиации

- Федеральный закон от 27.07.2010 № **193-ФЗ** «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)» (с изменениями и дополнениями)
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями)
- ...



Процесс медиации базируется на определенных принципах, без соблюдения которых он не может быть реализован:

- **добровольность участия сторон;**
- **нейтральность, беспристрастность медиатора;**
- **равноправие сторон;**
- **конфиденциальность**

Медиативные технологии – способ разрешения разногласий и предупреждения конфликтов в повседневной жизни с **целью** сохранения/ восстановления отношений одной стороны с другой стороной и выработки взаимоприемлемого и взаимовыгодного, отражающего интересы обеих сторон, решения.

- Медиативные техники
- Мультфильмы, притчи
- Здоровьесберегающие технологии
- Обучающие игры
- Саморазвитие



Медиативные техники:

- Активное слушание
- Перефразирование, уточнение
- Я-сообщение
- Рефрейминг
- Резюмирование
- Отражение
- Эхо-техники
- Открытые вопросы

Медиативные техники:

Активное слушание - способ ведения беседы, при котором слушающий показывает, что он слышит, понимая чувства собеседника.

Пример: жестикулирует, смотрит в глаза, кивает головой, поддакивает

Перефразирование - уточнение правильности понимания того, что сказал собеседник через использование фраз: «Если я тебя правильно понимаю, то...», «Правильно ли я понимаю, имеется в виду...», раскрывая детально то, что Вам сказали, используются слова-синонимы.

Пример:

- Как мне надоели эти уроки!!! Не хочу больше их делать!!!
- Правильно ли я тебя понимаю, что ты устал и хочешь отдохнуть.

Я-Сообщение - проговаривание своих эмоций и чувств, которые Вы испытываете в связи с конкретным поступком человека или событием с использованием местоимений «Я», «Мне», «Меня».

Пример: меня очень огорчает; я расстроен.

Резюмирование - обобщение сказанного, выделение главного в сказанном.

Пример:

- Как мне все надоело! Меня никто не любит, я никому не нужен! Вчера посуду не помыл, в комнате забыл убратся, с мамой поссорился, она у меня телефон забрала и сказала, что не отдаст больше. Меня никто не понимает! Я устал! У меня ничего не получается!

- Ты поругался с мамой и из-за этого у тебя плохое настроение? Попробуй помириться с ней.

Отражение - повторение сказанного собеседником своими словами

Пример:

- Я ничего не успеваю!

Тебе не хватает времени.

Эхо-техники – инструмент работы с проблемами, позволяет разделить факты, интерпретации и эмоции.

Пример:

- Когда у вас произошло ... (факт),

- Вы почувствовали (эмоция),

- И решили, что (интерпретация)

Открытые вопросы - использование вопросов, предполагающих свободный ответ

Пример:

- Объясни мне, пожалуйста, за что ты получил двойку по физике?

- Что ты собираешься делать, чтобы исправить своё положение?

Рефрейминг - метафорический метод «помещение картины в новую рамку», разработан Ричардом Бендлером и Джоном Гриндером. Любая проблема, ситуация или кризис имеют в основе позитивный ресурс, рефрейминг помогает переосмыслить и увидеть происходящее в новом контексте (изменение точки зрения на ситуацию для придания ей иного значения - как это видит ребёнок, и как может видеть взрослый? – для примера).

Для каждого человека в разных ситуациях можно обнаружить свой рефрейминг, что работает для одних, других может «не цеплять». Позитивный рефрейминг рассчитан на то, что человек, пребывавший до этого в унынии, чувствовавший отсутствие перспектив, меняет точку зрения и начинает понимать, что всё, происходящее с ним, имеет смысл.

Пример:

Отсутствие карьерного роста (негативный контекст). Позитивный рефрейминг: меньше ответственности и отчетов перед руководством, нет зависимости от других, не надо разбирать конфликты, проблемы и засиживаться до позднего вечера.

Очень шумные, неугомонные дети (негативный контекст). Рефрейминг ситуации в положительном аспекте: дети свободны от каких-либо комплексов, жизнерадостны и проявляют себя (родителям акцент – это их заслуга, что дети естественно и жизнерадостно ведут себя).



Задание: «Я слишком....»

Упражнение полезно для самостоятельного разбора.

На листке бумаги надо выписать не менее 10 своих качеств, которые кажутся *недостатками*, например: «Я слишком... ленив / доверчив / чувствителен / раздражителен».

Написать напротив каждого утверждения новое с положительным аспектом (поместить качества в другое обрамление). Проанализировать, что изменилось в восприятии.

...

...

...

Мультфильмы, притчи

Притча про три сита

Один человек спросил у Сократа: – Знаешь, что мне сказал о тебе твой друг? – Подожди, – остановил его Сократ, – просей сначала то, что собираешься сказать, через три сита. – Три сита? – Прежде чем что-нибудь говорить, нужно это трижды просеять. Сначала через **сито правды**. Ты уверен, что это правда? – Нет, я просто слышал это. – Значит, ты не знаешь, это правда или нет. Тогда просеем через второе сито – **сито доброты**. Ты хочешь сказать о моём друге что-то хорошее? – Нет, напротив. – Значит, – продолжал Сократ, – ты собираешься сказать о нём что-то плохое, но даже не уверен в том, что это правда. Попробуем третье сито – **сито пользы**. Так ли уж необходимо мне услышать то, что ты хочешь рассказать? – Нет, в этом нет необходимости. – Итак, – заключил Сократ, – в том, что ты хочешь сказать, нет ни правды, ни доброты, ни пользы. Зачем тогда говорить?

Правило 3х сит

(предположительно Сократ)

То, что мы хотим сказать собеседнику, сначала нужно просеять через три сита:

1. Сито правды – является ли то, что я хочу сказать, правдой?
2. Сито доброты – то, что я скажу, будет хорошо для человека, будет сказано с добром?
3. Сито пользы – принесёт ли пользу то, что я скажу, для слушающего или ситуации



Мультфильмы:

1. **«История про апельсин»** - описывает возможности медиации (vk.com/video-77863181_456239029)
2. **«Конфликты... Контакты...»** (выпуски 1-4, 1984-1987гг.)



3. Серия **«Ссора. Про Миру и Гошу»** (м/с «Просто о важном» Н. Ремиш)

4. ...

Что почитать:

В этой книге затронута важная тема – конфликты в семье – а также приведены техники, с помощью которых можно снять напряжение, учесть интересы всех членов семьи и сохранить тёплую и дружескую атмосферу.

Юлия Борисовна говорит о том, как родителям быть с собственными чувствами, ведь они (мы!) тоже расстраиваются, огорчаются и переживают, как правильно выразить свои чувства и донести их до ребёнка.

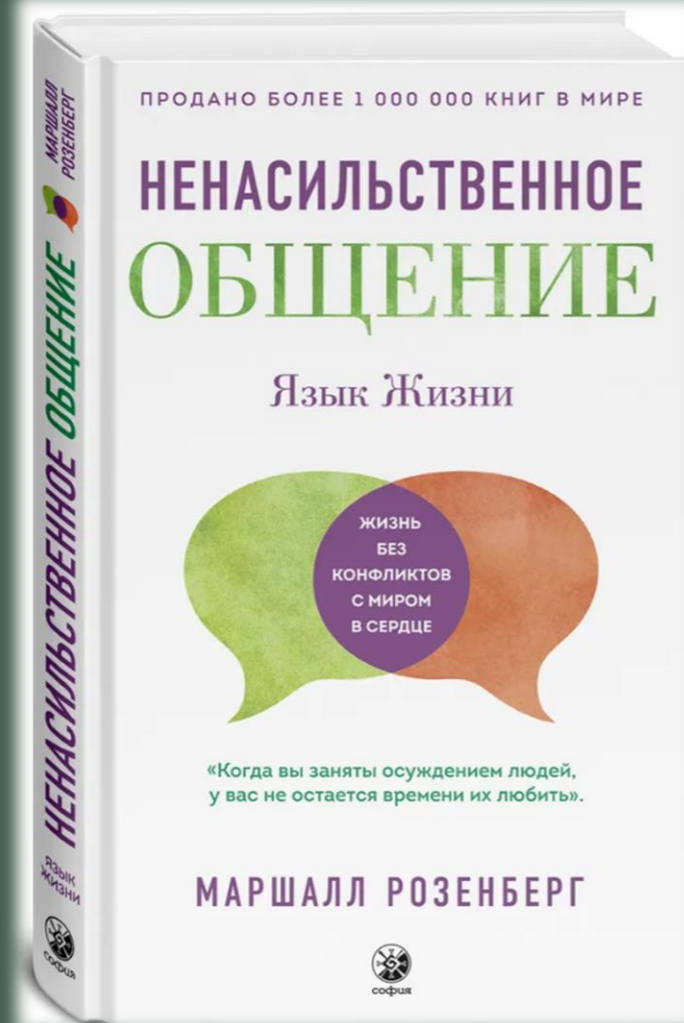


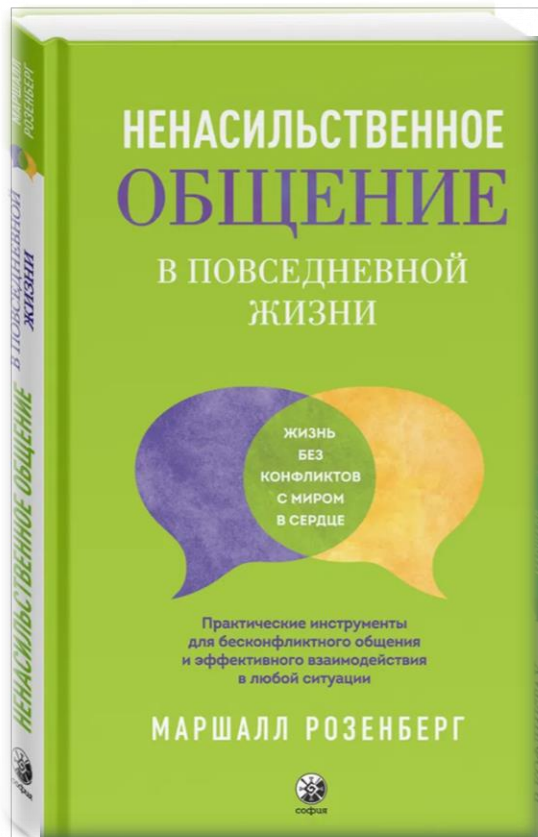
Что почитать:

Маршалл Розенберг создал Метод ненасильственного общения (ННО), который реально улучшает жизни людей. Он помогает обмениваться словами исключая обвинения, осуждение и насилие.

ННО применим и в супружеской спальне, и в классной комнате, и за столом переговоров, и на линии фронта. Никогда не поздно отказаться от насилия во благо всех заинтересованных сторон.

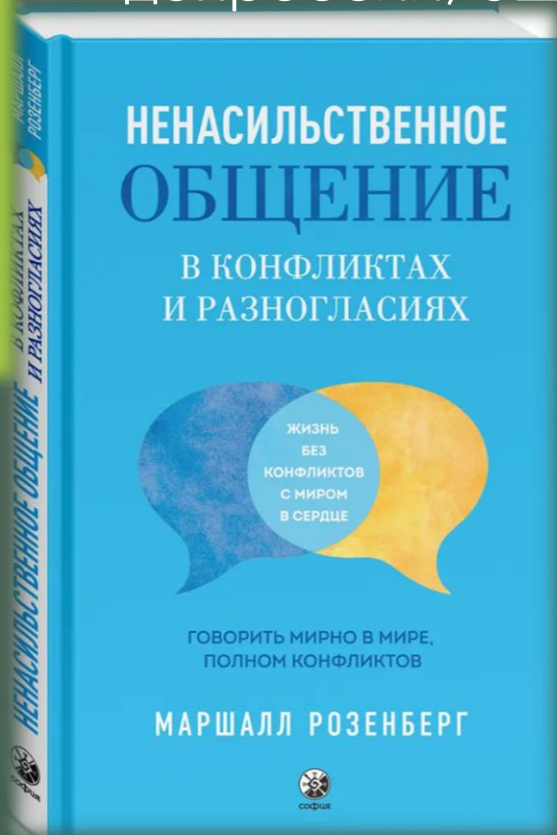
В книге «Ненасильственное общение» Розенберг подробно объясняет суть метода и на примерах из своей практики миротворца показывает, как им пользоваться. В новом издании книги добавлена глава «Разрешение конфликтов и посредничество».





ННО поможет:

- улучшить отношения с людьми,
- никогда не поддаваться гневу,
- говорить и слушать с пониманием и сопереживанием,
- избегать шаблонов мышления, ведущих к стрессу, депрессии, ощущению вины и стыда.



Для кого эта книга:

- для всех, кому сложно говорить «нет», ясно выражать свои чувства и потребности, а также понимать других;
- для педагогов, медработников, государственных служащих и всех, кому приходится часто разрешать конфликтные ситуации;
- для тех, кому важно эффективно вести переговоры и уметь налаживать добрые отношения с абсолютно любыми людьми;
- **для всех, кто хочет сохранить мир и согласие в семье.**

Благодарим за внимание!

Группа
Вконтакте



Наш сайт



• Наш адрес:

Санкт-Петербург, пл.

Чернышевского, дом 8, литера А

Наши телефоны: 246-20-55;

+7(905)226-23-81