

Способы реагирования на конфликтные ситуации

Если вы стали свидетелем драки между одноклассниками, то мы предлагаем:

- Выяснить причину ссоры, попытаться объяснить ребятам, что это не повод для драки.
- Уговорить драчунов продолжить разбор отношений на следующей перемене (есть надежда, что ребята забудут обиду и помирятся, также за это время можно предложить учителю или психологу оказать им помощь в примирении).
- Рассказать о возможных последствиях (моральные и физические травмы).
- Если указанные выше способы не помогли, позвать учителя.



Если вы рассержены действиями одноклассника и хотите его ударить, то мы предлагаем следующее:

Можно снять напряжение с помощью:

- счета до 10;
- умывания рук.
- направить агрессию на неодушевленный предмет: эспандер, шарики, подушку, если вы находитесь дома; боксерскую грушу, если вы находитесь в спортивном зале.



- Пойти к психологу или позвонить.
- Подумать о возможных последствиях и постараться не допустить, чтобы они стали реальными.

Если вас втягивают в драку:

- Переведите конфликт в шутку.
- Отойдите в сторону.
- Зайдите в класс.
- Не нападайте первым.
- Передайте обидчику свои чувства следующими словами:
- – "Я зол и рассержен, но отказываюсь драться с тобой".
- – "Я возмущен твоим поведением".
- – "Отойди от меня, я не хочу с тобой разговаривать".
- – "Я вижу, что ты хочешь втянуть меня в драку, я прав?".

Правила жизни детского и взрослого коллектива

Старайся жить так, чтобы людям, которые тебя окружают, было хорошо рядом с тобой.

Каждый имеет право на собственное мнение.

Каждый должен чувствовать себя комфортно в коллективе, никто не имеет права унижать других.

Сумей найти добрые, приятные слова, чтобы утешить и помочь тому, у кого неприятности.

**Телефон доверия круглосуточно,
бесплатно и анонимно
8-800-2000-122**

ЗАКОНЫ ДРУЖБЫ

Умей прощать. Если приятель поступил плохо по отношению к тебе, не держи обиду на него и прости. Объясни ему, в чем его ошибка.

Будь приветлив. Если у тебя есть уникальные игры, поделись ими с товарищами, у которых их нет. Не бери себе лучшие игры, отдай это лучше другу.

Помогай другим. Если умеешь что-то делать, помоги другу, научи его этому. Если друг в беде, срочно поспеши ему на помощь.

Будь веселым. Не будь мрачным и плаксивым и тогда все вокруг тоже будут веселыми и приветливыми.

Люби не только себя. Относись к другу уважительно. Умей принять помощь, если она тебе действительно нужна.

Цени дружбу. Не ссорься с товарищами, не веди споры, не «задирай нос», не завидуй. Если сделал что-то плохое по отношению к приятелю, признай это и извинись перед товарищем.

Чаще улыбайся. Улыбка делает светлым все вокруг: людей, природу, нашу жизнь



УМЕТЬ ПРОЩАТЬ...

Да. Это сложно.

Порою, даже невозможно...

Не месть приносит облегчение,
не зло в ответ, а лишь ПРОЩЕНИЕ...

пусть СУДЬБА сама решит, за что и как
вознаградит...

Ведь тот, кто сеет зло вокруг, сам попадает в этот
круг...



Когда человек добрый — он красивый, когда он добрый и красивый — его любят, когда его любят — он счастлив. Если человек добрый, то и рядом с ним всегда много добрых, красивых и любящих людей



или друзей.

Способы решения конфликтных ситуаций

