

Восстановительные
высказывания
педагога
при разрешении конфликтов

Рекомендации для педагога

Будьте нейтральны: избегайте оценок и осуждения.

Слушайте активно: покажите, что вы действительно заинтересованы в понимании ситуации.

Не навязывайте решения: помогите участникам конфликта самим найти выход.

Создайте безопасную атмосферу: убедитесь, что все чувствуют себя услышанными и уважаемыми.

Высказывания, направленные на эмпатию и поддержку

- «Я вижу, что тебе было очень неприятно/больно/обидно. Давай попробуем разобраться, что произошло».
- «Я понимаю, что ты расстроен/злишься. Это нормально чувствовать такие эмоции в такой ситуации».
- «Мне важно услышать твою точку зрения. Расскажи, что ты чувствуешь и почему».
- «Я вижу, что вы оба переживаете из-за этого. Давайте вместе найдем решение».

Высказывания, помогающие выразить эмоции

- «Ты можешь сказать, что тебя больше всего задело в этой ситуации?».
- «Как ты думаешь, что чувствует другой человек?».
- «Давай попробуем понять, какие эмоции вы оба испытываете».
- «Ты можешь описать, что произошло, не переходя на личности?».

Высказывания, направленные на поиск решения

- «Как ты думаешь, что можно сделать, чтобы исправить ситуацию?».
- «Что бы ты хотел, чтобы другой человек понял?».
- «Давайте подумаем, как мы можем избежать подобных ситуаций в будущем».
- «Что нужно сделать, чтобы вы оба почувствовали себя лучше?».

Высказывания, способствующие ответственности

- «Как ты думаешь, твои слова/действия повлияли на другого человека?».
- «Что ты можешь сделать, чтобы исправить ситуацию?».
- «Как ты думаешь, что можно было бы сделать по-другому?».
- «Ты готов извиниться или предложить способ, как загладить свою вину?».

Высказывания, восстанавливающие доверие

- «Я верю, что вы сможете найти общий язык и решить эту проблему».
- «Мы все иногда ошибаемся, но важно уметь признавать ошибки и двигаться дальше».
- «Давайте договоримся, что мы будем уважать чувства друг друга и стараться не повторять таких ситуаций».
- «Я уверен, что вы сможете восстановить ваши отношения, если будете честны и открыты».

Высказывания, направленные на восстановление самооценки

- «Ты справился с тем, что смог выразить свои чувства. Это важный шаг».
- «Ты показал, что готов искать решение, и это достойно уважения».
- «Я ценю, что ты стараешься понять другого человека».
- «Ты проявил мужество, признав свою ошибку. Это важный шаг к разрешению конфликта».

Высказывания,
помогающие
установить правила
взаимодействия

- «Давайте договоримся, что в будущем мы будем решать конфликты без обидных слов».
- «Как вы думаете, какие правила помогут вам избежать подобных ситуаций?».
- «Давайте обсудим, как мы можем уважать границы друг друга».
- «Что вы можете сделать, чтобы лучше понимать чувства друг друга?».

Высказывания, завершающие конфликт

- «Я рад, что вы смогли найти общее решение. Это важный шаг вперед».
- «Спасибо, что вы были честны и открыты. Это поможет вам лучше понимать друг друга».
- «Теперь, когда вы обсудили свои чувства, давайте постараемся двигаться дальше».
- «Я надеюсь, что этот опыт поможет вам в будущем лучше справляться с подобными ситуациями».

Эти высказывания помогут не только разрешить
конфликт, но и научить детей навыкам
конструктивного общения и эмпатии