

АЛГОРИТМ Как обратиться за помощью в Школьную Службу Примирения (Медиации):



в любой день

учебного
года

Если у тебя возник серьезный **конфликт**, и ты чувствуешь, что самому справиться сложно, школьная служба примирения — это безопасное и эффективное место, где тебе помогут. Вот что нужно делать:



ШАГ 1:

Прими решение
обратиться за помощью

* Пойми, что это нормально:
Все мы сталкиваемся с трудностями и конфликтами. Обратиться за помощью – это **признак силы**, а не слабости.

* Осознай, что тебе нужна помощь: Ты чувствуешь себя расстроенным, обиженным, испуганным, или просто не знаешь, как выйти из ситуации.

ШАГ 2:

Узнай, где находится твоя Школьная Служба Примирения (ШСП)

- * **Спроси у взрослых:** Подойди к классному руководителю, школьному психологу или любому учителю, которому доверяешь, и спроси, как работает ШСП в твоей школе.
- * **Поищи информацию:** Часто информация о ШСП есть на школьном сайте, на доске объявлений в школе или в специальном уголке.
- * **Запомни контакты:** Узнай, как связаться с медиаторами – это может быть телефон, электронная почта, кабинет или специальный человек, ответственный за ШСП.

ШАГ 3:

Как и кому сообщить о проблеме

- * Если знаешь конкретных медиаторов: Можно подойти к ним лично (если они доступны) или написать им сообщение.
- * Если не знаешь медиаторов напрямую: Обратись к школьному психологу или классному руководителю. Они знают, кто занимается ШСП, и помогут тебе связаться с нужными людьми. Скажи им: "Мне нужна помощь школьных медиаторов из-за конфликта".
- * Напиши заявление/запрос:
Возможно, в твоей школе есть специальная форма или просто нужно написать небольшое заявление. В нем кратко опиши:
 - * Свою фамилию, имя, класс.
 - * Примерно, с кем у тебя конфликт (если это безопасно сказать).
 - * Кратко суть проблемы.
 - * Твои контактные данные (телефон, email).

ШАГ 4:

Подготовься к первой встрече с медиаторами

* **Подумай о ситуации:** Что произошло? Как ты себя чувствовал? Чего бы ты хотел добиться?

* **Будь честен:** Медиаторы работают с информацией конфиденциально, поэтому важно говорить правду.

* **Помни о своих правах:** Ты имеешь право на конфиденциальность, на уважение, на то, чтобы тебя выслушали. Ты также имеешь право отказаться от медиации, если она тебе не подходит.

ШАГ 5:

Первая встреча с медиаторами

- * **Знакомство:** Медиаторы представятся, объяснят, кто они такие и как работает служба. Они расскажут о правилах (конфиденциальность, добровольность, нейтральность медиатора).
- * **Твоя история:** Тебе дадут возможность рассказать о конфликте от первого лица, так, как ты его видишь.
- * **Выслушают другую сторону (если это возможно):** Если другая сторона также согласится на медиацию, медиаторы встретятся и с ней, чтобы выслушать ее историю.
- * **Обсуждение:** Медиаторы помогут вам обоим (или всем участникам конфликта) найти общий язык, понять друг друга и договориться о решении.
- * **Решение:** Если вы придете к согласию, оно будет зафиксировано.

Что важно помнить:

* **Конфиденциальность:** Все, что ты расскажешь медиаторам, останется между вами (если только это не угроза жизни или здоровью).

* **Добровольность:** Ты можешь согласиться или отказаться от медиации на любом этапе.

* **Нейтральность медиаторов:** Медиаторы не принимают чью-то сторону, их задача – помочь вам найти решение.

* **Безопасность:** Если ты боишься встречи с обидчиком, медиаторы могут провести медиацию по отдельности (через переговорную комнату или даже онлайн), передавая сообщения.

Не бойся просить о помощи!
Медиаторы-сверстники
готовы тебя выслушать и
поддержать.