



Медиация - что это такое?

Медиация (от лат. mediare и англ. mediation – посредничество) – примирительная процедура, в основе которой лежат переговоры конфликтующих сторон с участием медиатора (независимого посредника) с целью выработки взаимовыгодного соглашения сторон по спорным вопросам.

Методы медиации опираются, главным образом, на ведение переговоров в русле сотрудничества и взаимного уважения интересов сторон.

Медиация особенно эффективна в тех случаях, когда:

- в будущем стороны могут иметь тесные личные или деловые отношения
- спор очень сложен в фактическом или юридическом плане
- предмет спора не исчерпывает разрешение самого конфликта полностью, а только выражает его внешнюю сторону или затрагивает отдельные моменты
- стороны по каким-либо причинам не желают, чтобы их спор рассматривал суд (разбирательство влечет оглашение личной информации, сроки рассмотрения дела чрезмерно велики, а затраты на разбирательство могут свести на нет победу в процессе)

- судебное решение по данному делу, скорее всего, будет обжаловано
- результат разбирательства непредсказуем либо судебное разбирательство этого дела для сторон бесперспективно

Медиация возможна только тогда, когда обе стороны хотят урегулировать конфликт

Медиация — это путь к сотрудничеству, когда стороны спора самостоятельно принимают ответственное решение, приемлемое для каждой стороны.

Что важно для

родителя ...

- Участие и Ваше, и ребенка в медиации – добровольное дело, Вы можете в любое время уйти.
- Нет огласки, репутация ребенка в детском коллективе, его самооценка не страдают.
- Вся информация остается конфиденциальной, никуда не сообщается.
- Медиатор не принимает ничью сторону, вы равноправны.
- Медиатор не осуждает ни Вашего ребенка, ни Ваш стиль воспитания, не принуждает мириться, **помогает сторонам понять друг друга и договориться**, как возместить нанесенный вред и избежать повторения ситуации в будущем.
- Риск повторения ситуации минимален.
- Вы не тратите время, моральные силы, финансы на длительное разбирательство и судебные тяжбы.

Что важно для ребенка ...

- Проблема решается быстро (чаще за 1 беседу), не усугубляется, ребенок не страдает.
- Ребенок вправе в любое время прервать беседу и уйти (или обратиться к директору и т.д.).
- Нет огласки, репутация ребенка в детском коллективе, его самооценка не страдают.
- Медиатор не принимает ничью сторону.
- Медиатор не устраивает разборательств, наказаний, не осуждает, не принуждает мириться, **помогает понять друг друга и договориться**, как возместить нанесенный вред и избежать повторения ситуации в будущем.

После медиации дети не испытывают желания отомстить, каждый сохранил достоинство и чувствует себя уверенно и в безопасности.

Как вести себя в конфликтной ситуации?

«Как только ты научишься зеркально смотреть на конфликтную ситуацию, – не погружаясь в неё по уши, а созерцая ее со стороны, – то поверь, она непременно разрешится с минимальными потерями для тебя! Надо всего лишь поставить себя на место другого человека и представить: а что бы ты сам сделал или захотел сделать в данном случае?»

- Конфликты – неизбежность пребывания в обществе.
- Конфликты – кризис, который дает толчок к развитию.
- Конфликты не всегда разрушительны.
- Конфликты- серьезные разногласия и противоречия, во время которых мы испытываем ко второй стороне крайне неприятные эмоции.
- Конфликты разрешимы.

Советы психолога

- Дай себе минуту на размышления, и что бы ни произошло, не бросайся сразу «в бой».
- Сосчитай до десяти, сконцентрируй внимание на своем дыхании.
- Попробуй улыбнуться и удержи улыбку несколько минут.
- Если не удастся справиться с раздражением, уйди и побудь наедине с собой некоторое время.

