



50 СПАСАТЕЛЬНЫХ ФРАЗ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Раздел 1. Общение с родителями (снижение конфликтов)

1. Я вижу, вы расстроены. Давайте спокойно разберёмся.
2. Я понимаю вашу точку зрения. Давайте посмотрим на ситуацию с обеих сторон.
3. Для меня важно, чтобы каждый ребёнок получал внимание. Давайте подумаем, как помочь вашему.
4. Я помогу вам найти решение этой проблемы.
5. Мне важно, чтобы мы поняли друг друга. Что именно вас беспокоит?
6. Давайте договоримся о правиле: мы общаемся уважительно, даже когда не согласны.
7. Я не могу обсуждать других учеников, но о вашем ребёнке расскажу всё, что знаю.
8. Спасибо, что поделились. Я учту это в своей работе.
9. Я хочу вам помочь. Для этого мне нужно больше информации.
10. Оценка отражает текущий уровень знаний. Давайте вместе подумаем, как его повысить.



Раздел 2. Разговор с учениками (мотивация и дисциплина)

11. Я вижу, ты стараешься. Давай разберём, что получается, а что нет.
12. Ты имеешь право злиться. Но драться/кричать – нет. Найди слова для своих чувств.
13. Сейчас ты выбираешь не слушать. Это твой выбор. А вот последствия будут такие...
14. Мне важно, чтобы ты понял тему, а не просто получил оценку. Давай подойдём с другой стороны.
15. Ты можешь не любить предмет, но правила поведения на уроке одинаковы для всех.
16. Я не против тебя. Я против твоего поступка.
17. Расскажи, что тебе сейчас мешает сосредоточиться. Может, мы это исправим?
18. Ты способный. Но способности без усилий – это просто потенциал.
19. Я верю, что ты можешь лучше. Чем я могу тебе помочь?
20. Давай заключим договор: ты делаешь это, а я делаю то.



Раздел 3. Самоподдержка (внутренний диалог учителя)

21. Я имею право на ошибку. Я учусь, как и мои ученики.
22. Сегодня я сделал(а) достаточно. Завтра будет новый день.
23. Моё состояние важнее любых отчётов.
24. Я не обязан(а) нравиться всем. Моя задача – быть полезным(ой).
25. Пауза – это не слабость. Это восстановление.
26. То, что я чувствую, имеет значение. Я не робот.
27. Я выбираю реагировать спокойно, потому что это выгодно мне, а не потому что “так надо”.
28. Идеального учителя не существует. Есть живой и растущий.
29. Я могу попросить о помощи. Это профессионально, а не стыдно.
30. Мои личные границы – это не эгоизм, это ресурс.



Раздел 4. Сложные ситуации (конфликты, агрессия, манипуляции)

31. Я слышу ваше недовольство. Давайте перейдём к фактам.
(родитель кричит)

32. Я не буду продолжать разговор в таком тоне. Мы вернёмся к нему, когда вы будете готовы говорить спокойно.

33. Вы пытаетесь заставить меня чувствовать вину. Давайте лучше обсудим, что реально можно сделать. (манипуляция)

34. Я не могу решить этот вопрос один(а). Давайте привлечём администрацию/психолога.

35. Это не входит в мои обязанности, но я подскажу, куда обратиться.

36. Я понимаю, что вы хотите как лучше. Но этот способ не подходит. Давайте найдём другой.

37. Я не буду сравнивать вашего ребёнка с другими. Каждый уникален.

38. У нас есть правила школы. Я их не придумывал(а), но я обязана их соблюдать.

39. Я не обсуждаю других учителей/учеников. Давайте вернёмся к вашему вопросу.

40. Я готова выслушать вас, но без оскорблений. Уважение – это условие разговора.



Раздел 5. Фразы для восстановления отношений (после конфликта)

41. Я погорячился(лась). Извините. Давайте начнём заново.
42. Прости, я был(а) не права в той ситуации. Я ценю, что ты...
43. Спасибо, что сказали мне об этом. Без вас я бы не заметил(а).
44. Мы оба устали. Давайте сделаем паузу и вернёмся к разговору завтра.
45. Я не держу зла. И надеюсь, вы тоже.
46. Конфликт позади. Что мы можем сделать, чтобы такое не повторялось?
47. Ты для меня важнее этой оценки. Давай разберёмся, что случилось.
48. Я не идеален(льна), но я стараюсь. Спасибо за честность.
49. Давай договоримся, что в следующий раз мы оба сделаем по-другому.
50. Спасибо за этот разговор. Мы стали лучше понимать друг друга.

Лаборатория педагогического мастерства
Ваш помощник в мире, где учитель остаётся человеком.