


«Согласовано»

Заместитель директора
по ВР МБОУ «Лицей
им. В.В.Карпова»,
с.Осиново ЗМР РТ

 /Валеева О.Н./

« 28 » 08.2024 года

«Утверждено»

Руководитель МБОУ
«Лицей
им.В.В.Карпова»
с.Осиново ЗМР РТ

 /Королева Э.Н./

Приказ № 15Г-ОД от
« 28 » 08 .2024 г

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа
социально-педагогической направленности

«Мирное небо»

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации: в течение одного учебного года

Автор-составитель: педагог-психолог
Юнусова Миллуша Искандеровна

учебный год

Содержание

1. Пояснительная записка Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	
2. Цели и задачи программы	
3. Отличительные особенности программы	
4. Целевая аудитория, на которую направлена данная программа	
5. Сроки реализации программы	
6. Форма и режим занятий	
7. Ожидаемые результаты и способы определения эффективности	
8. Кадровое обеспечение	
Материально-техническое обеспечение	
10. Тематическое планирование	
11. Заключение	
Список литературы	
Приложение 1. Методические рекомендации к занятиям	

*Кто в ссоре, прошу вас, идите мириться!
Милые Люди! Давайте учиться
В собственном доме бороться за мир!
(Э.А. Асадов)*

1. Пояснительная записка

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

В последние годы продолжает выстраиваться и постоянно меняться система работы по профилактике конфликтов и социально нежелательных проявлений среди несовершеннолетних. В частности, это касается отношений между участниками образовательных отношений. На этом фоне нарастает взаимное недоверие школьной администрации, учащихся и их родителей. Растет недоверие к общественным институтам. Все чаще в образовательных учреждениях встречаются проявления агрессии и насилия, что неизбежно отражается не только на качестве и результатах учебно-воспитательного процесса в целом, но, в первую очередь, на качестве жизни его участников.

1 июня 2012 года вышел Указ президента Российской Федерации В.В. Путина о Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы в «целях формирования государственной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации, руководствуясь Конвенцией о правах ребенка». В данном документе среди «мер, направленных на создание дружественного к ребенку правосудия», есть и такие, как «развитие сети служб примирения в целях реализации восстановительного правосудия; организация школьных служб примирения, нацеленных на разрешение конфликтов в образовательных учреждениях, профилактику правонарушений детей и подростков, улучшение отношений в образовательном учреждении».

Школьная медиация — основа для формирования безопасного пространства в образовательной организации. Обучая детей и педагогов умению разрешать конфликты с помощью медиативного подхода, мы учим их уважать себя, занимать и развивать активную жизненную позицию, ценить и принимать людей. В процессе обучения они также учатся сопереживанию, умению поставить себя на место другого, быть чуткими, чувствовать чужую боль. В связи с этим возникает необходимость в подготовке участников службы школьной медиации с целью внедрения и применения данного метода среди учащихся и педагогов образовательной организации. Настоящая программа имеет высокую степень педагогической целесообразности.

Овладение методом школьной медиации, участие в группах сверстников позволяют каждому подростку реализовать себя с положительной стороны,

разглядеть в себе самом и продемонстрировать окружающим способность быть полезным другим. Но для этого необходимо целенаправленно обучить учащихся проведению восстановительных программ, таких как медиация и Круги сообществ.

Настоящая программа составлена в соответствии нормативными документами, регулирующими работу школьных служб медиации.

- Федерального закона от 27.07.2010 г. «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)»;
- Указ Президента РФ «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012- 2017годы»;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации «Об утверждении плана мероприятий ("дорожной карты") "Изменения в отраслях социальной сферы, направленные на повышение эффективности образования и науки" от 30 декабря 2012 г. № 2620-р.;
- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20.11.1989 г.).
- Стандарты восстановительной медиации, разработанные в 2009 г. Всероссийской ассоциацией восстановительной медиации (один из основных документов для работы ШСМ в России).
- Приказ начальника Управления образования РТ «Об итогах семинара для педагогов-психологов, социальных педагогов, ответственных за работу школьной службы медиации «Служба медиации в образовательном учреждении»;

Новизна данной программы заключается в том, что мы не просто готовим ведущих для восстановительных программ, мы готовим команду, способную работать совместно и эффективно. Особое внимание уделяется формированию мотивации к работе в службе школьной медиации, принятию ценностного аспекта восстановительных технологий, формированию активной жизненной позиции.

Специальные термины, используемые в программе:

Агрессия — индивидуальное или групповое поведение, направленное на нанесение физического или психологического ущерба другому человеку или социальной группе.

Антипатия — устойчивое отрицательное эмоциональное отношение индивида к другому человеку (социальной группе); проявляется в неприязни, недоброжелательности.

Арбитр — третья сторона в конфликте.

Динамика конфликта — ход развития конфликта по этапам и фазам.

Инцидент — 1) внешнее открытое противоборство сторон, возникшее впервые; 2) стечение обстоятельств, являющихся поводом для конфликта.

Интерес — то, что побудило участника конфликта занять свою позицию.

Конфликт — явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей или мотивов, потребностей одного человека.

Компромисс — стратегия поведения субъектов в конфликте, ориентированная на определенные взаимные уступки.

Коммуникативная компетентность — это совокупность знаний, умений и навыков, необходимых человеку для общения с людьми, является комплексным навыком использовать адекватные ситуации способы общения.

Конфликтная ситуация — накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия и объективно создающие почву для реального противоборства между этими субъектами. Состояние в отношениях сторон, вызванное актуализацией существующих между ними противоречий по поводу ценностей, интересов или правил поведения и характеризующееся негативным эмоциональным фоном и искажением восприятия.

Конфликтогены — слова, действия (или отсутствие действий), которые могут привести к конфликту, вызывают возмущение, ярость, злость и другие отрицательные эмоциональные состояния.

Процесс коммуникации - это процесс обмена информацией между двумя или более людьми. Цель коммуникационного процесса - обеспечить понимание информации, которую можно называть сообщением. Знание роли и содержания каждого из этапов позволяет более эффективно управлять процессом в целом.

Медиация — переговорный процесс по разрешению конфликта с участием посредника — медиатора.

Межличностные конфликты — противоборство личностей в процессе социального взаимодействия, возникающее на основе противоположно направленных мотивов, суждений или личных антипатий.

Мотивы — истинные внутренние побудительные силы, подталкивающие субъектов социального взаимодействия к конфликту.

Обратная связь - это воспринимаемая человеком реакция других людей на его деятельность (поведение и слова). Без обратной связи человек не сможет скорректировать собственное поведение в процессе общения.

Оппонент – противник в споре.

Процедура медиации – конкретная последовательность шагов, посредством которых может быть наилучшим образом организован процесс обсуждения проблемы и выработки взаимовыгодного решения. В зависимости от стиля медиации процедура может быть более или менее «жесткой», сохраняя, при этом, общие для медиации принципы и правила.

2. Цели и задачи программы

Целью настоящей программы является практико-ориентированная подготовка команды школьных медиаторов среди учащихся подросткового возраста (медиаторы – ровесники).

На пути достижения указанной цели реализуются следующие **задачи**:

1. Сформировать представление у учащихся о медиации как альтернативном способе разрешения конфликтов;
2. Создать условия для освоения учащимися позиции медиатора;
3. Сформировать команду школьных медиаторов из числа учащихся школы;
4. Познакомить участников с принципами и ценностями восстановительного подхода в разрешении конфликтов;
5. Развить у медиаторов – ровесников навыки коммуникативной компетентности, рефлексивных навыков ведения переговоров; необходимых для работы медиатора;
6. Отработать навыки медиатора и способы работы с конфликтными ситуациями, отработать роль ведущего (посредника) в примирительных встречах для сторон конфликта;
7. Создать условия для разбора и анализа сложных случаев в ходе примирительных встреч со сторонами конфликта;
8. Способствовать укреплению взаимоотношений внутри команды школьных медиаторов.

3. Отличительные особенности программы

Занятия в рамках программы проходят 1 раз в неделю по 1 часу.

Занятия по форме напоминают тренинги, где через специальные упражнения и ролевые игры участники овладевают навыками эффективного и бесконфликтного

общения, развивают навыки эффективного слушания, формируют активную позитивную жизненную позицию, отрабатывают навыки работы в команде и знакомятся с основами и принципами восстановительного подхода в медиации. На занятиях у участников есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Данная программа, прежде всего, обусловлена возрастными особенностями подростков: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью и призвана помочь адаптироваться в школьном мире, проявить свою индивидуальность, сформировать новое отношение к себе, своему характеру, способностям без конфликтного общения.

4. Целевая аудитория, на которую направлена данная программа

Участниками программы являются учащиеся 7-11 классов, заинтересованные в обучении навыкам медиации конфликтов и их последующем использовании для медиации конфликтов между детьми и подростками на волонтерских началах.

Группа открытая: участвуют дети из разных классов, прошедшие специальный отбор на основе наблюдения, личного интервью. Программа ориентирована на детей, стремящихся к познанию способов решения конфликтов в школе и в семье.

5. Сроки реализации программы

Занятия по программе проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность программы недели – **34 ч.**

Реализация Программы осуществляется в несколько этапов.

Первый этап - подготовительный:

- формирование списка школьных медиаторов;
- проведение информационно-разъяснительной работы с учащимися и их родителями.

Второй этап – организационно-практический:

- проведение занятий по формированию навыков коммуникативной компетентности и освоению принципов и ценностей восстановительного подхода в разрешении конфликтов;
- практическая отработка навыков медиатора и способов работы с конфликтными ситуациями, освоение роли ведущего (посредника) в примирительных встречах.

Третий этап - аналитический:

- анализ и оценка реализации программы;
- сопоставление полученных результатов с поставленными целями и задачами,
- анализ и описание новых форм работы с подростками и педагогами, применяемых технологий и полученных результатов.

6. Форма и режим занятий

Для реализации программы при проведении занятий по темам используются разнообразные методы, формы и приемы работы, направленные на развитие у учащихся навыков посредничества в разрешении разногласий между людьми, а также социальной мобильности, гибкости и уверенности в себе:

Занятия содержат интерактивные методы:

- творческие задания;
- игровые элементы;
- мозговой штурм;
- интерактивные лекции (использование видеоматериала).

А также:

- ролевые игры;
- проектирование;
- психо-гимнастические упражнения;
- групповую дискуссию.

Информационно-практические методы:

- Уроки-лекции;
- Уроки-беседы;
- Дискуссии;
- Семинары-практикумы;
- Практические и тренинговые занятия, ролевые игры;
- Обучение через опыт и сотрудничество;
- Психодиагностические: тестирования и опросы с целью самопознания;
- Проигрывание и анализ жизненных ситуаций, моделирование ситуаций;
- Систематическое повторение ранее изученного материала;
- Проверка и самопроверка знаний.

В процессе обучения используются различные дидактические материалы: презентации по темам курса, видеоматериалы, схемы и т.п.

Принципы проведения занятий:

- добровольность;
- активность;
- партнерское взаимодействие;
- конфиденциальность.

Занятия состоят из трёх этапов, и проходят в форме дискуссии, мини-лекции, тренинговых упражнений, игр-активаторов:

1 этап - ознакомление учащихся с программами, подходами, техниками медиации;

2 этап - создание учебных ситуаций и самостоятельная работа участников в форме ролевых игр;

3 этап - игры для сплочения коллектива.

Тренинговое занятие предполагает в доступной для учащихся форме знакомство с основами конфликтологии, с анализом влияния на развитие событий эмоциональных состояний, с законами проведения переговоров.

7. Ожидаемые результаты и способы определения эффективности

В ходе подготовки по программе участники смогут:

- сформировать представления о медиации и этапах работы медиатора, специфики конфликтов;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- самореализоваться в социально-значимой деятельности;
- освоить навыки работы в команде;
- научатся дифференцировать случаи, подходящие для медиации, анализировать конфликтные ситуации, моделировать и рефлексировать собственную деятельность в качестве медиатора, опираясь на соблюдение принципов и стандартов восстановительной медиации;
- принять ценности восстановительного подхода;
- повысить коммуникативную культуру.

Критерием эффективности программы является достижение поставленных целей и задач, которое может быть оценено:

1. на основе субъективных мнений (самоотчетов) участников программы;
2. на основе экспертных оценок со стороны куратора программы подготовки школьных медиаторов;
3. на основе объективной оценки с использованием контрольно-оценочных материалов.

Для анализа эффективности программы целесообразно проведение диагностики в начале и в конце обучения. Для этого могут быть использованы следующие методики:

№ п/п	Методика	Цель
1.	Методика изучения Самооценки Дембо-Рубинштейн.	Исследование самооценки субъекта.
2.	Методика «Определение способов Урегулирования конфликтов» К.Томаса	Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению.
3.	Тест Басса-Дарки	Исследование уровня агрессии

Обучение команды школьных медиаторов позволит снизить уровень конфликтности в школе (в дальнейшем и в социальной сфере), что будет содействовать устранению причин противоправного поведения школьников, позитивно изменит школьную среду.

Результаты освоения программы «Медиация в школе»		
Личностные	Предметные	Метапредметные
<ul style="list-style-type: none"> - ориентация в системе моральных норм; - доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым насилия; - позитивная моральная самооценка; - умение вести диалог на основе равноправных отношений и 	<ul style="list-style-type: none"> К концу обучения учащиеся получают возможность знать: - основные понятия и принципы восстановительного подхода в медиации; - алгоритм проведения восстановительной медиации; - виды и специфику конфликтов; - способы эффективного общения; - основные понятия в конфликтологии; 	<p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми; - учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению; - строить речевое высказывание в устной форме; - учиться прогнозировать последствия своих поступков; - осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением; - учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях;

<p>взаимного уважения и принятия;</p> <p>- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании.</p>	<p>- способы конструктивного решения конфликтов;</p> <p>- основные способы психологического взаимодействия между людьми;</p> <p>- приемы повышения собственной самооценки;</p> <p>- приемы активного слушания.</p>	<p>- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит;</p> <p>- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми;</p> <p>- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого;</p> <p>- соотносить результат с целью и оценивать его.</p>
<p>Обучающийся получит</p> <p>возможность для формирования:</p> <p>- умения конструктивно разрешать конфликты.</p> <p>- адекватной позитивной самооценки и Я - концепции;</p> <p>- эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.</p>	<p>К концу обучения учащиеся получают</p> <p>возможность уметь:</p> <p>- работать в группе, в коллективе.</p> <p>- дифференцировать случаи, подходящие для медиации;</p> <p>- анализировать конфликтные ситуации;</p> <p>- устанавливать стили разрешения конфликтов;</p> <p>- проводить программы примирения;</p> <p>- моделировать и рефлексировать собственную деятельность в качестве медиатора, опираясь на соблюдение принципов и стандартов восстановительной медиации;</p>	<p>Познавательные УУД:</p> <p>- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью педагога;</p> <p>- учиться исследовать свои качества и свои особенности;</p> <p>- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью педагога;</p> <p>- учиться наблюдать, моделировать ситуацию с помощью педагога;</p> <p>- делать выводы в результате совместной работы в группе;</p> <p>- моделировать различные жизненные и учебные ситуации;</p> <p>- усваивать разные способы запоминания информации;</p> <p>- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;</p>

	<p>- оформлять документы по состоявшемуся сеансу медиации.</p>	<p>- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;</p> <p>- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости;</p> <p>- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта;</p> <p>- адекватно воспринимать оценку педагога.</p>
	<p>К концу обучения учащиеся получают возможность применять:</p> <p>- полученные знания для адекватного осознания причин возникающих проблем и путей их решения;</p> <p>- полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;</p> <p>- через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.</p>	<p>Коммуникативные УУД:</p> <p>- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;</p> <p>- учиться работать в паре и в группе;</p> <p>- выполнять различные роли;</p> <p>- слушать и понимать речь других ребят;</p> <p>- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.</p> <p>- учиться позитивно, проявлять себя в общении;</p> <p>- учиться договариваться и приходить к общему решению;</p> <p>- учиться понимать эмоции и поступки других людей;</p> <p>- овладевать способами конструктивного разрешения конфликтов;</p> <p>- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - учиться контролировать свою речь и поступки; - учиться толерантному отношению к другому мнению; - учиться самостоятельно решать проблемы в общении; - осознавать необходимость признания и уважения прав других людей; - формулировать своё собственное мнение и позицию; - учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.
--	--	--

8. Кадровое обеспечение

Ведущим программы может быть психолог или педагог, знакомый с принципами медиации и разделяющий их, имеющий опыт реализации технологии медиации конфликтов. Ведущему необходимы навыки проведения групповых дискуссий (активного слушания, акцентирования, структурирования), создания безопасного психологического пространства в группе, выстраивания субъект-субъектных отношений с подростками. Для осуществления программы наиболее эффективной является работа ведущего в паре с ассистентом, который направляет обсуждение, организует работу малых групп, моделирует эффективное выполнение заданий.

9. Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий требуется помещение, в котором достаточно места для того, чтобы организовать круг и индивидуальные рабочие места за партами. Помещение для занятий должно быть достаточно просторным для проведения подвижных техник, стулья в помещении должны быть легко перемещаемыми, помещение не должно быть проходным и просматриваемым для посторонних. Оптимальным является вариант, если в помещении есть возможность сидеть и работать на полу. В помещении должна быть возможность крепить ватман к стенам или доске, а также возможность использовать аудио-, видео- и мультимедийное оборудование. Для большинства занятий необходимы такие

материалы, как цветные карандаши, ручки, бумага, скотч, ножницы. Помещение должно быть оборудовано доской.

10. Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие.	1
2	Эмоции	2
3	Как управлять своим состоянием и как его изменить	2
4	Стресс	2
5	Вербальные и невербальные способы коммуникации	2
6	Толерантность	2
7	Понятие «конфликт»	2
8	Основные стратегии поведения в конфликтной ситуации	3
9	Решение конфликтных ситуаций	2
10	Понятие о медиации. История медиации	2
11	Принципы медиации	2
12	Этапы восстановительной медиации	2
13	Ролевое обыгрывание ситуации	2
14	Качества медиатора	2
15	Принятие решений	2
16	Оформление документации	2
17	Подведение итогов	2
Итого		34

11. Заключение

Развитие служб школьной медиации в современных условиях действительно является важнейшей социальной инновацией, оно востребовано жизнью и становится одной из приоритетных задач в области современного воспитания и образования. Деятельность школьной службы медиации доказывает свою эффективность. Вместе с тем не все случаи конфликтов могут быть разрешены специалистами школьной службы медиации, в связи с этим возникает необходимость определения возможных форм сотрудничества со службами,

профессионально занимающимися разрешением конфликтов, создания нормативно-правовой базы для такого взаимодействия.

Считаем, что проблема разрешения конфликтов и формирования толерантности в школе является назревшей и требует конструктивного решения.

В настоящее время на сложившуюся ситуацию обращено внимание ученых, практиков и представителей власти, разрабатываются различные программы и подходы по её решению, но сложность проблемы не позволяет сегодня решить её полностью. Данная программа ориентирована на решение значимых задач в области сохранения психического и физического здоровья учащихся, родителей и педагогов. Устранение имеющихся проблем может дать максимально полезный эффект снижения конфликтов, повышении индекса здоровья и социальной адаптированности учащихся, привести к улучшению взаимоотношений и общения в обществе в целом.

Список литературы

1. Асмолов А.Г. Психология личности. Принципы общепсихологического анализа. М., 2001
2. Асмолов А.Г. Искусство жить с непохожими людьми. Издательский дом Московия, Библиотека газеты «Ежедневные новости. Подмосковье». 2009
3. Библиотека общественного центра «Судебно-правовая реформа»
4. Восстановительное правосудие для несовершеннолетних и социальная работа. / под ред. Л.М. Карнозовой. – М., 2001.
5. Григорьев Д.В. Программа внеурочной деятельности. Игра. Досуговое общение. М.: Просвещение, 2011
6. Живая Конвенция и школьные службы примирения. Теория, исследования, методики. /Под общей редакцией Н.Л. Хананашвили. – М.: Благотворительный фонд «Просвещение», 2011. – 168 с.
7. Капшук О.Н. Игротерапия и сказкотерапия: развиваемся играя. Ростов-на-Дону: Феникс, 2009
8. Карманная книжка ведущего восстановительных программ. - М., 2004.
9. Конвенция о правах ребенка.http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childco
10. Максудов Р.Р. Восстановительная медиация: практическое руководство для специалистов, реализующих восстановительный подход в работе с конфликтами и уголовно-наказуемыми деяниями с участием несовершеннолетних. М.: Информационно-внедренческий центр «Маркетинг», 2011.
11. Организация и проведение программ восстановительного правосудия. / под ред. Л.М. Карнозовой, Р.Р. Максудова. - М., 2006.
12. Поленова Т.П. Школа эффективного общения: коммуникативные техники, которые всегда работают. Ростов-на-Дону: Феникс, 2009
13. Стандарты восстановительной медиации. Разработаны и утверждены Всероссийской ассоциацией восстановительной медиации. М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2009.
14. Хозиев В.Б. Практикум по психологии формирования продуктивной деятельности дошкольников и младших школьников. М.: Издательский центр «Академия», 2002
15. Хозиев В.Б. Сборник задач по психологии. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006
16. Хромова С.А. Игровые уроки общения. М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ ХХ1 век», 2007
17. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: практическое пособие. М., «Генезис», 2000. Т. 1
18. Указ президента Российской Федерации В.В. Путина о Национальной стратегии

д
е
й
с
т
в
и
й

в

Методические рекомендации к занятиям

Тема 1. Вводное занятие.

Упражнение «Знакомство». Согласование правил работы группы. Упражнение «Моё имя: почему меня так назвали?». Что такое «Школа юных медиаторов». Упражнение «Змейка».

Тема 2. Эмоции.

Эмоциональная диагностика «Цветные человечки». Упражнение «Крокодил». Эмоции и чувства.

Тема 3. Как управлять своим состоянием и как его изменить

Упражнение «Комплименты». Способы релаксации.

Тема 4. Стресс

Стресс и дистресс. Мини-лекция «Эффективные приемы и техники борьбы со стрессом». Упражнение «Ладонка моего стресса»

Тема 5. Вербальные и невербальные способы коммуникации

Мимика и жесты. Зоны общения. Игра «Австралийские аборигены». Упражнение «Бинго». Упражнение «Диктант».

Краткое информирование о невербальных аспектах поведения.

Первое впечатление при контакте с человеком формируется в течение первых 3-5 секунд. В это время активно работает бессознательный компонент личности. Следующие 5-10 минут это впечатление закрепляется – воспринятый образ достраивается до логического и приемлемого завершения. Первое впечатление о человеке на 38% зависит от звучания (тона и тембра) голоса, на 55% - от визуальных ощущений (от языка жестов) и только на 7% от вербального компонента (слова и их смысл). Как известно из физиологии высшей нервной деятельности человека глаза – это часть мозга, оставшаяся в процессе развития снаружи. Благодаря зрению мы усваиваем 80% информации. Глазам собеседника придается огромное значение:

Взгляд вниз – неуверенность, нетвердое знание информации

Взгляд поверх слушателей или собеседников – надменность или незаинтересованность

Не отрывает взгляда от записей – нетвердое знание и неуважение к аудитории

Взгляд в сторону – незаинтересованность

Бегающий взгляд – неискренность

Зрительный контакт с одним и тем же участником – напрягает «жертву», остальных может обижать.

Текст к упражнению «Австралийские аборигены». В далекой – далекой Австралии у древних племен аборигенов существует такой обычай. Когда кто-то из соплеменников собирается в дальнюю дорогу, он завязывает нитью на веточке эвкалипта несколько узелков, а утром, на восходе Солнца, отправляется в путь. Эта веточка эвкалипта должна привести путника обратно домой живым и невредимым. Таково назначение узелков на эвкалиптовой веточке у древних племен аборигенов.

Упражнение «Бинго»

Участники получают карточки:

Играет на музыкальном инструменте	Регулярно занимается спортом	Терпеливо переносит дождливый день	Имеет домашнее животное	Имеет прозвище
Говорит больше чем на одном языке	Регулярно ходит в театр	Посмотрел фильм последние выходные	Любит беллетристику	Ведет дневник
Может приготовить котлеты «по-киевски»	Единственный ребенок в семье	Левша	Имеет больше трех братьев и сестер.	Никогда не лежал в больнице
Обладает холерическим темпераментом	Имеет родимое пятно	Является членом какого-либо клуба (союза и т.д.)	Любит говорить	Может свистеть на пальцах
В последний год менял место жительства	Спит по воскресениям до 10 утра или еще позже.	Умеет играть в преферанс или покер	Обладает хорошим музыкальным слухом	Участвовал в первомайской демонстрации

Участники свободно перемещаются по помещению и общаются друг с другом. Каждый участник должен собрать подписи других членов команды по диагонали, вертикали, горизонтали. Условие: один участник может поставить свою подпись в каждом формуляре лишь один раз. Тот, кто выполнил задание, поднимает руку и говорит «Бинго!».

По завершении обсуждаются удачные и неудачные способы вступления в контакт и удачного выхода из общения (фиксируются на доске).

Упражнение «Диктант»

Выбираются трое водящих, которые выходят за дверь и получают по одной картинке, составленной из геометрических фигур. Затем водящие по очереди описывают доставшиеся им картинки, группа пытается по словесному описанию нарисовать их. В первый раз группе не разрешается задавать вопросы. Во второй раз, с новой картинкой, участники могут поднимать руку и задавать закрытые вопросы говорящему для прояснения непонятого. В третий раз можно задавать открытые вопросы.

Затем рисунки сравниваются с оригиналами. В обсуждении делается вывод о важности открытых вопросов для прояснения позиции собеседника.

Тема 6. Толерантность

Понятие толерантности. Толерантная личность. Упражнение «Волшебный лес чудес». Упражнение "Сменяющиеся команды"

Справка: Толерантность (от лат. *tolerantia* - терпение) - терпимость к иного рода взглядам, нравам, привычкам.

До сих пор речь шла о толерантности как способности терпеливо выносить **неприятные** воздействия без значительного физического и эмоционального ущерба. В последние годы изменилось значение толерантности и получило широкое в обществе. Сегодня толерантность трактуется как терпимость, спокойное отношение к различным взглядам и убеждениям, поведению и внешнему облику других людей, притом, что самому человеку подобные особенности не свойственны. То есть сама эта непохожесть не выступает для толерантной личности раздражающим фактором. При столкновении с вариантами отличий во внешнем виде, поведении почти бессознательно срабатывает механизм сравнения и оценивания: не такой, как я. Можно допустить равенство и по другим параметрам - интеллекту, воспитанности, доброте. Подлинная толерантность является ценным качеством развитой личности. То есть такой личности, которой для самоутверждения не требуется унижение кого-то другого.

- Кого, на ваш взгляд, можно назвать толерантным человеком, толерантной личностью?

Толерантная личность - это человек, хорошо знающий себя и признающий других.

- Есть личность толерантная, а есть, к сожалению, личность нетолерантная или, как говорят ученые, интолерантная.

В чем может проявиться нетолерантное, нетерпимое поведение? Приходилось ли вам наблюдать его примеры в вашей повседневной жизни?

А какие примеры нетерпимости вы можете привести, опираясь на ваши знания истории?

В честь принятия Декларации 16 ноября было объявлено Международным Днем толерантности.

В чем может проявляться нетерпимость?

Упражнение "Сменяющиеся команды" Инструкция: Дается сигнал и произносится команда, например, "Четыре!". Это означает, что только заданное количество игроков должны как можно быстрее выйти в центр круга. Если в ходе выполнения упражнения игроки не точно выполняют задание, то дается следующее, а затем возвращаются к предыдущему.

Анализ: Какие трудности вы испытывали при принятии решения? Кто чаще выходил в центр круга?

Упражнение «Волшебный лес чудес». Инструкция: Сейчас мы превратимся в волшебный лес, где происходят различные чудеса и где всегда хорошо и приятно. Разделимся на две группы по принципу: лес - роща и встанем в две шеренги. Наши руки - это ветви деревьев, которые ласково и нежно будут прикасаться к человеку, проходящему по «лесу». И теперь каждый из вас по очереди пусть пройдет сквозь этот волшебный ласковый лес, а ветви будут поглаживать по голове, рукам, спине.

Тема 7. Понятие конфликт.

Определение «конфликт». Знакомство с понятием «конфликт». Конфликтные типы личности, Формула конфликта. Конструктивное разрешение конфликта с помощью медиативных технологий.

Конфликт - явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей или мотивов, потребностей одного человека. В последнем случае говорят о внутреннем конфликте.

Конфликты являются естественной частью нашей жизни. Они могут ожидать нас при встрече с новым человеком или новой ситуацией. В какой-то мере они даже необходимы для развития ситуации и отношений, для роста личности. Хотя чаще всего конфликтную ситуацию мы переживаем как серьезную неприятность.

Понимание сути конфликта помогает:

- избежать конфликт там, где это возможно;
- правильно относиться к конфликту;
- управлять конфликтом;
- эффективно разрешать конфликты.

Конфликты имеют разные причины. Многие конфликты возникают (или усугубляются) из-за ошибок во взаимодействии с окружающими. Одной из таких частых ошибок является использование при общении с окружающими конфликтогенов.

Конфликтогенами называются слова, интонации, жесты, действия (или бездействие), могущие привести к конфликту. Дословный перевод этого слова — «рождающий конфликты», ибо окончание «ген» в сложном слове означает «рождающий».

Конфликтогены появляются из-за

- стремления к превосходству;
- проявления агрессивности;
- проявления эгоизма;
- нарушение правил;
- неблагоприятного стечения обстоятельств.

Поскольку конфликтогены мешают общению, нужно контролировать свой стиль общения и исключить из него конфликтогены.

Конструктивное разрешение конфликта с помощью медиативных технологий.

Понимание и применение некоторых правил поможет урегулировать возникшие конфликты.

Правило 1. В конфликте нет победителей, конфликт имеет особенность «разрастаться». В течение очень короткого времени, в нем становится все больше участников, что приводит к неуправляемости конфликтом.

Если вы действительно хотите разобраться в сути конфликта, найдите место и время для разговора со своим оппонентом. Не «разбирайтесь на глазах» у окружающих. Если вам нужна помощь – обратитесь в школьную службу медиации, медиатор поможет организовать диалог и разрешить конфликт.

Правило 2. Будьте готовыми высказывать свое мнение, искать варианты разрешения конфликта. Расскажите своему оппоненту, как вы видите сложившийся конфликт, а затем, что вы чувствуете в данной ситуации.

При проведении процедуры медиации сначала участники конфликта по очереди рассказывают о своем видении ситуации, а затем переходят к обсуждению, в котором в первую очередь говорят о чувствах.

Правило 3. Будьте открытыми. Открыто скажите, что Вы хотите получить в результате урегулирования конфликта и попросите дать такой же открытый ответ другую сторону. Даже если вы не помиритесь сейчас, вам будет понятна позиция другой стороны и ее готовность договариваться.

Конфиденциальность процедуры медиации и нейтральность позиции медиатора в переговорах помогает сторонам сосредоточиться на выработке договоренностей.

Правило 4. В конструктивном урегулировании конфликтов важна последовательность. Невозможно сразу заключить соглашение между участниками спора. Конфликтующие стороны просто не способны думать над вариантами урегулирования, пока они не выскажут свои взгляды на конфликт, не покажут свое раздражение, досаду и другие эмоции. Применение медиации позволяет соблюдать последовательность, которая логично приведет стороны к урегулированию конфликта.

Тема 8. Основные стратегии поведения в конфликтной ситуации

Структура конфликта. Стратегии поведения в конфликте. Тест Томаса.

Структуру конфликта можно представить в виде схемы.

Стороны конфликта (субъекты конфликта); П — предмет конфликта; ОК1 и ОК2 — образы предмета конфликта (конфликтной ситуации); М1 и М2 — мотивы конфликта; Р1 и Р2 — позиции конфликтующих сторон.

Определение основных структурных элементов конфликта

Стороны конфликта — это субъекты социального взаимодействия, находящиеся в состоянии конфликта или же явно или неявно поддерживающие конфликтующих.

Предмет конфликта — это то, из-за чего возникает конфликт.

Образ конфликтной ситуации — это отображение предмета конфликта в сознании субъектов конфликтного взаимодействия.

Мотивы конфликта — это внутренние побудительные силы, подталкивающие субъектов социального взаимодействия к конфликту (мотивы выступают в форме потребностей, интересов, целей, идеалов, убеждений).

Позиции конфликтующих сторон — это то, о чем они заявляют друг другу в ходе конфликта или в переговорном процессе.

Конфликты, представляющие собой сложное социально-психологическое явление, весьма многообразны и их можно классифицировать по различным признакам. С практической точки зрения классификация конфликтов важна, так как она позволяет ориентироваться в их специфических проявлениях и, следовательно, помогает оценить возможные пути их разрешения.

Каждой стороной в конфликте избирается форма поведения, которой придерживается сторона на протяжении всего конфликтного взаимодействия. Выбор стратегии детерминируется индивидуальными особенностями и социальными установками участниками конфликта. Выбранная стратегия не трансформируется в другую даже под воздействием стратегии, занимаемой оппонентом.

Стратегия поведения в конфликтной ситуации – это направление и особенности действия конфликтующей стороны, выдерживаемые до завершения конфликта.

Определяют пять основных стратегий поведения:

- 1) сотрудничество;
- 2) компромисс;
- 3) избегание;
- 4) приспособление;
- 5) соперничество.

Помимо индивидуальных предпочтений субъекта конфликта и его морально-нравственных принципов, на выбор стратегии влияют и объективные факторы: степень ущерба и размер потерь при конфликтном взаимодействии; объективная оценка нанесения ущерба оппоненту; количество и качество ресурсов, которые можно использовать при достижении своих целей и удовлетворении интересов; статус оппонента; позиция оппонента в отношении другой стороны в конфликтном взаимодействии (выбранная стратегия поведения оппонента); оценка последствий конфликта при той или иной стратегии действий; временная и пространственная характеристики конфликта; принципиальность решения проблемы, значимость того или иного исхода противоречия для субъекта конфликта.

Сотрудничество – самая эффективная стратегия поведения. Позиции сторон приравниваются к позициям союзников и партнеров, по этому возможно конструктивное разрешение конфликта. Выбор сотрудничества обуславливается высокой значимостью разрешаемой проблемы для всех сторон конфликта, а также их взаимозависимостью.

Компромисс предпочтителен, когда субъекты конфликта обладают равными статусами и ресурсными возможностями или существует опасность их потери при любом другом выборе действия. Компромисс – самая распространенная стратегия в реальной жизни, так как позволяет достаточно быстро урегулировать конфликт. При отсутствии желания активных действий по достижению цели или времени на ее реализацию выбирают стратегию избегания. Если избегание используется на начальном этапе развития противоречия, конфликт затухает и сохраняет силы и ресурсы субъектов конфликта нестраченными.

Приспособление – это вынужденная стратегия действия, обусловленная потерей сил, пониманием невозможности альтернативного исхода или другими субъективными причинами.

Соперничество оценивается практиками двояко, так как иногда приносит мгновенные позитивные последствия, но может также наносить значительный ущерб одной из сторон конфликта.

Тема 9 Решение конфликтной ситуации

Упражнение «Воздушный шар». Кейсы с конфликтными ситуациями

Игра "Воздушный шар"

Представьте себе, что вы экипаж научной экспедиции, которая возвращается на воздушном шаре после выполнения научных изысканий. Вы осуществляли аэрофотосъемку

необитаемых островов. Вся работа выполнена успешно. Вы уже готовитесь к встрече с родными и близкими, летите над океаном и до земли 500 – 550 км. Произошло непредвиденное – в оболочке воздушного шара по неизвестным причинам образовалось отверстие, через которое выходит газ, заполнявший оболочку. Шар начинает стремительно снижаться. Выброшены за борт все мешки с балластом (песком), которые были припасены на этот случай в гондоле воздушного шара. На некоторое время падение замедлилось, но не прекратилось. Вот перечень предметов и вещей, которые остались в корзине шара:

№	Наименование	Кол-во
1	Канат	50м
2	Аптечка с медикаментами	5 кг
3	Компас гидравлический	6 кг
4	Консервы мясные и рыбные	20кг
5	Секстант для определения местонахождения по звездам	5 кг
6	Винтовка с оптическим прицелом и запасом патронов	25 кг
7	Конфеты разные	20 кг
8	Спальные мешки (по одному на каждого члена экипажа)	
9	Ракетница с комплектом сигнальных ракет	8 кг
10	Палатка 10-местная	20кг
11	Баллон с кислородом	50кг
12	Комплект географических карт	25 кг
13	Канистра с питьевой водой	20л
14	Транзисторный радиоприемник	3 кг
15	Лодка резиновая надувная	25 кг

Через 5 минут шар стал падать с прежней, очень большой скоростью. Весь экипаж собрался в центре корзины для того, чтобы обсудить создавшееся положение. Нужно принимать решение, что и в какой последовательности выбрасывать за борт.

Ваша задача – решить вопрос о том, что и в какой последовательности следует выбросить. Но сначала примите это решение самостоятельно. Для этого нужно взять лист бумаги, переписать список предметов и вещей, а затем с правой стороны рядом с каждым наименованием поставить порядковый номер, соответствующий значимости предмета, рассудив примерно так: "На первое место я поставлю комплект карт, поскольку он совсем не нужен, на второе – баллон с кислородом, на третье – конфеты и т.д."

При определении значимости предметов и вещей, т.е. очередности, с какой вы будете от них избавляться, нужно иметь в виду, что выбрасывается все, а не часть, т.е. все конфеты, а не половина.

Когда вы примите индивидуальное решение, нужно собраться в центр (в круг) и приступить к выработке группового решения, руководствуясь следующими правилами:

- 1) высказать свое мнение может любой член экипажа;
- 2) количество высказываний одного человека не ограничивается;
- 3) решение принимается, когда за него проголосуют все члены экипажа без исключения;
- 4) если хотя бы один возражает против принятия данного решения, оно не принимается, и группа должна искать иной выход;
- 5) решения должны быть приняты в отношении всего перечня предметов и вещей.

Время, которое есть в распоряжении экипажа, неизвестно. Сколько еще будет продолжаться падение? Во многом это зависит от того, как быстро вы будете принимать решения. Если экипаж единогласно проголосует за то, чтобы выкинуть какой-то предмет, он считается выброшенным, и это может замедлить падение шара.

Я желаю вам успешной работы. Главное – остаться в живых. Если не сможете договориться, вы разобьетесь. Помните об этом!"

Время на игру: 20 – 25 минут.

Итог:

Если группа сумела принять все 15 решений при 100 %-ном голосовании:

- Я поздравляю вас, вы успешно справились.
- Как вы думаете в чем причина успешного выполнения задания?

Если они не смогли принять за отведенное время все 15 решений:

- экипаж разбился
- давайте подумаем над причинами, которые привели к этой катастрофе.

Проводиться анализ результатов и хода игры, разбираемся в причинах удачи или неудачи, анализируем ошибки и попытаемся прийти к общему мнению.

Кейсы с конфликтными ситуациями.

Примеры конфликтных ситуаций:

1. Ты договорился(-лась) идти на дискотеку с друзьями (подругами) по случаю дня рождения. А мама говорит: «Никуда ты у меня не пойдешь на ночь глядя, маленький(ая) еще!»
2. Друг взял у тебя книгу и обещал вернуть ее через неделю. С тех пор прошел месяц, а книгу он так и не вернул. А она позарез нужна тебе для подготовки домашнего задания. Вчера ты позвонил ему домой и напомнил про книгу, он клятвенно обещал ее принести. А сегодня говорит: «Извини, я забыл, куда ее положил, и теперь не могу ее найти».
3. Ты купил в магазине полкило колбасы, принес ее домой и тут обнаружил, что она несвежая. Ты возвращаешься в магазин, отдаешь продавцу колбасу и чек и просишь вернуть деньги за некачественный товар. А он отвечает: «Ничего не знаю, у нас все продукты свежие. Вы приобрели это в другом месте».

Психологический смысл игры. Актуализация знаний о различных стилях поведения в ситуациях межличностного конфликта.

Тема 10. Понятие о медиации. История медиации.

Упражнение «Приветствие». Кто такие медиаторы? История медиации. Упражнение «Общение в парах из разных позиций».

Медиатор – это лицо, прошедшее специальную подготовку и способное помочь вести переговоры между потерпевшим и обвиняемым о возмещении вреда и примирении.

История медиации. Медиация существует так же давно, как существуют конфликты. Для разрешения конфликтов прибегали как к переговорам между конфликтующими сторонами, так и к медиации, которую можно назвать особым видом переговоров с участием нейтрального лица.

Примирительные методы урегулирования споров применялись со времен существования первобытного общества. Необходимостью для привлечения третьей нейтральной стороны для разрешения конфликтов являлось, прежде всего, желание выжить. Наибольшее развитие в древнем мире эта процедура получила в регионах с наиболее развитой

торговлей. Историки находят корни современной медиации у Финикийской цивилизации, основой которой была морская торговля, и в Древнем Вавилоне. Широкое распространение получил институт посредничества в Китае и Японии. В этих странах и сегодня нормы морали ставят примирение сторон посредством диалога намного выше, чем решение проблемы государственным судом.

Институт медиации в современном виде возник в середине XX в. в США. К началу XX в. в американской экономике возникла новая форма конфликтов – противостояние между образовавшимися профсоюзами и работодателями. Тогда власти США предложили участникам споров использовать министерство труда в качестве нейтрального посредника. Медиация превратилась в самостоятельную процедуру с середины 70-х годов. В 1981 году профессора Гарвардской школы права Роджер Фишер и Уильям Юри опубликовали результаты своих исследований.

В Германии медиация гармонично встроена в систему правосудия. Например, посредники работают прямо при судах, значительно снижая количество потенциальных судебных тяжб. Институты примирительных процедур и мирового соглашения начали формироваться в России с конца XIV века. Впервые в российском законодательстве об урегулировании споров путем мирового соглашения упомянуто в Новгородской берестяной грамоте (1281-1313 годы).

Во всем мире медиация является одной из самых популярных форм урегулирования споров. Медиация позволяет уйти от потери времени в судебных разбирательствах, от дополнительных и непредсказуемых расходов, процесс медиации является частным и конфиденциальным.

Процедура медиации может применяться в различных сферах – для урегулирования как гражданских, семейных, трудовых споров, так и споров, выходящих за пределы чисто юридических коллизий (политических и социальных, например так называемых соседских конфликтов).

Упражнение «Отражение чувств»

Учащиеся работают в парах с карточками, на которых написаны фразы. Необходимо определить чувство, которое скрывается за высказыванием и спросить о нем.

Например, так: «Тебе обидно?» «Ты разозлился?» и т.д.

Может быть, я сделала что-то не так?

Я ей пытался объяснить, что ни в чем не виноват, а она как набросилась, как давай орать, ну я и не выдержал.

Теперь я хотя бы могу сидеть на уроках. Пусть не разговаривают, зато не обзываются.

Как она могла поступить так со мной, я же была ее подругой.

Мы с ним переговорили и теперь даже здороваемся.

Если я с ним помирюсь, все будут считать, что он победил, а я проиграл.

Мне нельзя было быть таким жадным.

Он обозвал мою сестру, а я что молчать должен.

Я ничего не делал, просто мне хотелось после его слов ему треснуть

А почему я-то должна извиняться. Он должен.

Я не понимаю, что я сделала не так, почему он так поступил.

Не хочу я с тобой разговаривать ни о чем, оставьте меня в покое.

Я даже не знаю, что и рассказывать, я вроде бы ничего плохого не делал.

Почему она заставляет носить то, что мне не нравится? Я хочу носить одежду, какую хочу.

Я ему хочу ответить тем же. Пусть знает, как мне было.

А если он снова начнет обзывать.

Вторая часть упражнения. Отработка навыка в парах. Один из участников пары произносит какую-то эмоционально окрашенную фразу. Второй участник повторяет своими словами содержание того, что он услышал (информационное отражение), а затем отражает чувство. Партнер оценивает точность отражений. Затем участники меняются ролями.

Тема 11. Принципы медиации.

Упражнение «Выбрасывание пальцев». Принципы медиации. Упражнение «Телеграмма».

Упражнение «Выбрасывание пальцев».

Вытяните вперед руку, зажатую в кулак. По моему хлопку, выбросите из кулака несколько пальцев. Игра закончится тогда, когда у всех будет одинаковое количество пальцев.

Принципы медиации.

Беспристрастность.

Медиатор должен проводить медиацию беспристрастно и справедливо. Медиатор должен проводить медиацию только тех дел, в которых он может оставаться беспристрастным и справедливым. В любое время, если медиатор не способен проводить процесс в беспристрастной манере, он обязан прекратить медиацию.

Конфиденциальность.

Медиатор не должен разглашать ход и результаты медиации. Должен только отчитаться перед руководителем.

Добровольность.

Процедура медиации является сугубо добровольной. Стороны никто не может заставить воспользоваться медиацией или хотя бы попытаться это сделать. Медиация – добровольный процесс, он основан на стремлении сторон достигнуть честного и справедливого соглашения.

Добровольность выражается в том, что:

Ни одну сторону нельзя принудить к участию в медиации

Выйти из процесса на любом этапе или продолжать медиацию – личное дело каждого участника

Согласие с результатом процесса медиации так же сугубо добровольно.

Упражнение «Телеграмма»

Выбирается доброволец, встает в центр круга и закрывает глаза. Участники берутся за руки и образуют круг. Ведущий говорит: «отправляем телеграмму...» и показывает в этот момент глазами, кто будет отправлять телеграмму. После этого, отправляющий нажимает незаметно правую или левую руку рядом стоящему, тот передаёт нажатие следующему и так далее по цепочке. Когда нажатие дойдёт до участника, которому послана телеграмма, он должен сказать «Телеграмму получил». Задача добровольца увидеть, где происходит нажатие руки и таким образом телеграмму перехватить. Во время упражнения разговаривать нельзя.

Тема 12. Этапы восстановительной медиации.

Упражнение «Каруселька». Порядок работы ведущего в программе восстановительной медиации. Упражнение «Общие рисунки». Этапы восстановительной медиации. Ролевое обыгрывание ситуации.

Упражнение «Каруселька»

Ведущие предлагают участникам образовать два круга – внутренний и внешний. Стоящие во внутреннем круге разворачиваются спиной в круг, закрывают глаза и протягивают открытые ладони вперёд. Задача внешнего круга по сигналу ведущего повзаимодействовать с протянутыми руками из заданной роли.

Варианты ролей:

Друзья, которые давно не виделись;

Мама, которая любит своего ребёнка;

Поклонник, который встретил своего кумира;

Любимые, которым предстоит разлука.

Порядок работы ведущего в программе восстановительной медиации.

ЭТАП 1. Подготовительный

Получив информацию о случае, определить, подходит ли он по критериям для работы с использованием восстановительных программ;

Связаться со сторонами по телефону и договориться о проведении индивидуальной встречи

ЭТАП 2. Индивидуальные встречи.

1.Представляем себя и программу.

Например:

Добрый день! Меня зовутЯ пришёл по поводу ситуации ...Информацию о ней нам передал (называется человек). Я – ведущий программ восстановительной медиации, я не представляю ни одну из сторон, то есть я не адвокат и не советчик. Наша служба помогает участникам конфликта организовать диалог друг с другом и самим найти выход из конфликта вне администрации школы. Участие в наших программах добровольное, поэтому в конце разговора вы сами примите решение, будете ли вы в ней участвовать. Наш разговор конфиденциален, то есть я не буду разглашать никакую информацию, кроме вашего решения участвовать или не участвовать в наших программах.

2.Обсуждаем ситуацию.

Узнать о том, что произошло (до ситуации, сейчас, после, о других участниках, о своих состояниях и чувствах, об отношении к произошедшему и его последствиям)

3.Обсуждение последствий.

Обсуждаем к каким последствиям привела ситуация или может привести, что человеку в этом не нравится.

4.Поиск вариантов выхода.

Какие выходы возможны из создавшейся ситуации, и к каким последствиям они могут привести?

Пытались ли сами решить ситуацию?

Хотели бы встретиться со второй стороной конфликта и обсудить её возможное решение?

Если сторона не согласна на встречу – выяснить причины.

Предложить сформулировать перечень вопросов, которые сторона хочет обсуждать на встрече (сформировать повестку дня)

5.Подготовка к встрече.

Рассказать о формате примирительной встречи. Озвучить правила и обсудить их, возможно, будут какие-то предложения о дополнении.

Назначить дату и время, удобное для обеих сторон.

Обсудить перечень участников будущей встречи.

Правила встречи:

Не перебивать – у каждого есть возможность быть выслушанным до конца.

Не оскорблять, чтобы все себя чувствовали в безопасности.

Конфиденциальность – не рассказывать окружающим о том, что происходило на встрече (только результат).

Каждый участник может при необходимости предложить сделать перерыв, перенести продолжение встречи на другой день.

Упражнение «Общие рисунки»

Упражнение проводится в кругу. Участники начинают что-либо рисовать на своих листочках, по команде ведущего передают незаконченные рисунки соседу справа. Рисование продолжается до момента возвращения рисунка своему хозяину.

Этапы восстановительной медиации.

ЭТАП 3. Встреча сторон.

Рекомендуемое начало примирительной встречи!

Добрый день! Возможно, многим было нелегко прийти сюда, поэтому я благодарю всех участников встречи за решимость участвовать сегодня в нашем разговоре. Мы собрались сегодня по поводу ситуации, происшедшей с вами. Хочу представить участников сегодняшней встречи. Это, его родители Я ведущий. Меня зовут Мой помощник

Напоминаю, что основными участниками нашей встречи являетесь вы. Моя задача – не выяснять виновность и не защищать какую – либо сторону, а помочь вам организовать диалог и разрешить возникшую ситуацию. Я буду сохранять нейтральность к сторонам.

Наша встреча является добровольной. Это значит, что вы пришли сюда по собственному желанию и вправе покинуть ее, если посчитаете это необходимым, заранее предупредив ведущего. Напоминаю правила встречи (занятие 5).

Вы согласны с правилами? Можем ли мы начинать встречу? Я попрошу на время встречи выключить мобильные телефоны.

Итак, прошу вас рассказать, что вы думаете об этой ситуации (начинаем с потерпевшего).

Далее задаются вопросы из повестки дня составленные ранее на предварительной встрече.

Обсуждаются варианты решения конфликтной ситуации.

Решение фиксируется в примирительном договоре. Также обсуждается и фиксируется в договоре что делать, если условия договора не будут выполнены.

Тема 13. Ролевое обыгрывание ситуации.

Упражнение «Коммуникативная карусель» (10 мин.)

Примеры ситуации:

- Перед вами ученик младших классов, он чего-то испугался, вот-вот расплачется. Подойдите к нему, начните разговор, успокойте его.
- Перед тобой сверстник, о котором тебе сказали, что он избил твоего знакомого. Ты из службы примирения. Установите с ним контакт. Договоритесь с ним о встрече.
- Перед тобой учащийся 7 класса, о котором тебе известно, что с ним никто не хочет разговаривать в классе, установи с ним контакт, договорись о встрече.
- Перед тобой ученица из параллельного класса. Ты знаешь, что у нее испортили портфель. Узнай, что за ситуация с ней произошла, какие чувства она испытывает.

Мозговой штурм «Как построить предварительную встречу?»

1. Ребята по группам пытаются составить алгоритм проведения предварительной встречи. Затем результаты обсуждаются, ведущий вносит коррективы.

2. Упражнение «Гимнастика ума»

Отработка навыка использования техник перефразирования, резюмирования

Работа идет по кругу. Каждый имеет карточку с одной пословицей. Первый участник читает пословицу, второй перефразирует пословицу, начиная с фразы «Правильно ли я тебя понял».

Чувства не обманывают; обманывают составленное по ним решение (Гете)

Гору разрушает ветер, а людскую дружбу - слова.

Человек без дружбы, что дерево без корня

Когда клеветают на твоего друга, клеветают на тебя.

Злой человек не проживет в добре век.

Равнодушный человек, что камень, на него наткнешься - больно зашибешься.

Человек лишь там чего-то добивается, где он сам верит в свои силы

Чтобы познать человека, нужно его полюбить (Фейербах).

Мир существует для человека, человек живет для мира.

Заботливый всегда себе дело найдет.

Ладно, коли все сам умеешь: неладно коли все сам делаешь.

Умелый тоже ошибается, да скоро поправляется.

Прожитое, что пролитое - не воротишь.

У кого цель ясна, у того и жизнь красна.
Судьба - это оправдание безвольных душ.
Счастье в нас, а не вокруг да около.
Отрицать ошибки - это двойная ошибка.
Самый глухой тот, кто слышать не хочет.

Тема 14. Качества медиатора.

Упражнение «Построиться по...». Этический кодекс медиатора. Упражнение «Качества медиатора». Упражнение «Групповые медиаторы»

Упражнение «Построиться по...»

Активное упражнение, позволяющее отработать навыки невербального общения. Участникам предлагается построиться по: росту, размеру ладони, размеру обуви, длине волос, по цвету глаз от светлого к темному. Разговаривать нельзя.

Этический кодекс медиатора.

Будь серьезным и твердым, но вместе с тем «теплым» и «позитивным»

Будь ответственным

Сохраняй нейтральность

Демонстрируй уважение

Не вовлекай и не вовлекайся в конфликт

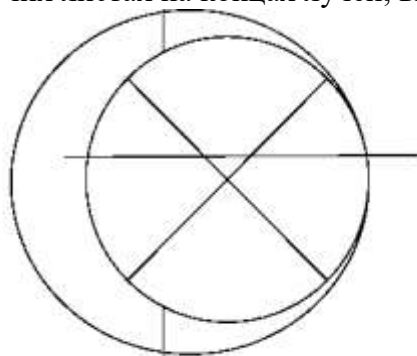
Не руководствуйся эмоциями

Не давай советов

Не навязывай свои идеи для поиска решения.

Упражнение «Качества медиатора»

Участники по кругу называют по одному качеству, необходимому медиатору (2-3 круга). Ведущий фиксирует их на доске или ватмане. Затем участникам предлагается выбрать самые важные, с их точки зрения, качества, поставив около них «плюсики» (не более трех «плюсиков» от участника). Таким способом выбираются 6 самых значимых качеств. Они записываются в рабочих листах на концах лучей, выходящих из центральной точки:



Затем каждый участник отмечает степень выраженности этих качеств у себя, исходя из шкалы «в центре ноль, на конце луча - 100 %». Получившиеся точки соединяются ломаной линией, пространство между ломаной линией и внешним кругом заштриховывается («пространство роста»).

Ведущий кратко рассказывает о способах развития того или иного качества в повседневной жизни. В итоговом обсуждении участникам предлагается озвучить то качество, которое, с их точки зрения, нуждается в развитии в наибольшей степени, и сформулировать конкретный план действий.

Упражнение «Групповые медиаторы»

Перед началом упражнения ведущий повторяет основные этапы медиации, а также сформулированные правила эффективного общения.

Группа делится на три подгруппы, вытягивая карточки из «волшебного мешочка»: «участник конфликта Маша», «участник конфликта Оля» (по одной карточке), «медиатор

1» и «медиатор 2» (поровну по числу оставшихся участников). Нужно заготовить несколько вариантов раздаточных материалов с использованием двух женских, двух мужских или женского и мужского имени. «Медиаторам» раздаются листы с описанием алгоритма медиации.

Организуется «круглый стол», участники рассаживаются в соответствии со своими ролями (рассадку осуществляет ведущий). «Медиаторы» придумают имя для своих команд и получают «заявку».

Заявка на проведение процедуры медиации

1. Фамилия и имя участника конфликта, выражающего просьбу о посредничестве, класс, домашний телефон :

2. Фамилия и имя другого участника конфликта

3. Причина конфликта

по мнению участника конфликта, желающим, чтобы конфликт был разрешен с помощью посредников (уточняется посредниками после проведения процедуры посредничества):

- сплетни
- разглашение тайны
- оскорбление
- нарушение соглашения
- обман
- отказ вернуть чужую вещь
- драка
- другое

4. Где произошел конфликт:

- в школьной столовой
- в раздевалке
- в классе
- в рекреации
- вне школы

5. Когда это случилось?

6. Как можно связаться со вторым участником конфликта (класс, телефон, домашний адрес)?

Пункты заявки, заполняемые после проведения процедуры посредничества:

7. Проблема решена.

Участники конфликта и (*фамилии и имена участников конфликта*) обязуются выполнять соглашение, достигнутое в ходе посредничества.

Подписи участников конфликта

(Заполняется, если проблема не решена и соглашение не достигнуто)

8. Проблема не решена.

а) Назначена еще одна процедура посредничества: _____

указать дату

б) Участникам конфликта предложено обратиться к школьному психологу

Подписи посредников _____

Конфликтующие стороны получают инструкцию:

«Вы дружите много лет, с первого класса, сейчас учитесь в 8 «а». Вчера вы крупно поссорились. Ссора зрела давно. Дело в том, что в последнее время Оля стала проводить много времени с девочкой, с которой она учится в музыкальной школе - с Катей. Маша обижалась, но терпела. А вчера выяснилось, что Оля рассказала Кате о неурядицах в

Машиной семье (предстоящий развод родителей), о которых Маша рассказала только Оле как самой близкой подруге. Маша расценила это как предательство и высказала Оле много нелестных слов. Сегодня Маша подостыла и готова помириться с Олей. Она подала заявку на проведение медиации».

_____ Инструкция отдельно для

Маши:

«Ты считаешь поведение Оли предательством вашей дружбы. Ты готова помириться с Олей при условии, что она извинится и обещает больше никогда не сплетничать про тебя. Еще тебе хочется, чтобы Оля проводила с тобой больше времени, так, как это было до появления Кати».

_____ Инструкция отдельно для

Оли: _

«Ты не видишь в своем поступке ничего плохого. Ты просто обсуждала с Катей, как можно помочь Маше в ее непростой ситуации, потому что видишь, что Маша переживает. Но вообще в последнее время тебе кажется, что Маша слишком много от тебя требует, не оставляет тебе права выбирать, с кем общаться. Ты готова помириться, но при условии, что Маша перестанет считать тебя своей собственностью».

Разыгрывается процедура медиации, где медиаторами выступают подгруппы. Каждый участник говорит одну реплику, после чего передает «право слова» следующему участнику (фиксируется передачей карандаша).

Ведущий выполняет роль эксперта. Он не вмешивается в процесс, однако в случае, если медиаторы «забуксовали», может остановить игру, вместе с группой обсудить сложившуюся ситуацию и наметить пути выхода из нее. Итогом игры должно стать подписание мирового соглашения на бланке заявки.

По завершении разыгрывания организуется обсуждение: что получилось, что было трудно, какие навыки нуждаются в доработке?

Тема 15. Принятие решений.

Упражнение «Необитаемый остров».

Сегодня мы на примере игры узнаем, как и почему люди принимают решения. Чем старше вы становитесь, тем более сложные решения вам придется принимать. Наша игра даст вам возможность поучиться принимать решения.

Вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара большая часть яхты и находящегося на ней груза уничтожены. Теперь яхта медленно тонет. Ваше местонахождение неизвестно, потому что навигационные приборы испорчены. По самым благоприятным оценкам, вы находитесь примерно в тысячи миль к Ю-З от ближайшего берега.

Ниже приведен список 15 предметов, которые не пострадали от пожара. Кроме того, у вас осталась резиновая спасательная шлюпка с веслами, достаточно большая, чтобы вместить вас, остальной экипаж и все перечисленные предметы. Плюс к тому в карманах у всех вас в сумме набирается несколько коробов спичек и 5 долларовых банкнот.

Ваша задача – расставить все предметы из списка по их важности для выживания. Самый важный предмет получает номер 1, следующий – номер 2 и так далее до номера 15.

Секстант (инструмент для геодезических и астрономических наблюдений)

Зеркальце для бритья

Пятилитровый бочонок воды

Противомоскитная сетка

Одна коробка с армейским рационом питания

Карта Тихого океана

Подушка для сидения (плав.средство)

Баллон дизельного топлива

Транзисторный приемник

Репеллент для отпугивания акул

2 м2 светонепроницаемого пластика

Одна бутылка рома

450 м каната

Две коробки шоколада

Набор рыболовных принадлежностей

Сначала каждый составляет свой список. Затем объединяется в 2-3 небольшие группы и принимает совместное решение.

Затем группам представляется правильный список. Для каждого предмета списка нужно вычислить разницу между номером, который присвоила группа, и номером из списка экспертов. Затем складывается разница. Если группа набрала более 30 баллов, то она утонула. Так же можно посчитать и для каждого участника индивидуально.

Список экспертов Юнеско:

Зеркальце для бритвы (для привлечения внимания воздушной службы спасения)

Баллон дизельного топлива (для сигнализации спасателям, пятно горючей смеси будет держаться на поверхности воды, где его можно поджечь с помощью спичек и банкнот)

Пятилитровый бочонок воды (для питья)

Одна коробка с армейским рационом питания (основной запас питания)

2 м2 светонепроницаемого пластика (для сбора дождевой воды и для защиты от непогоды)

Две коробки шоколада (резервный запас питания)

Набор рыболовных принадлежностей

450 м каната (можно привязать нужные вещи, что бы они не упали за борт)

Подушка для сидения (спасательное средство, для человека за бортом)

Репеллент для отпугивания акул

Бутылка рома (антисептик)

Транзисторный приемник (бесполезен, т.к.находится вне зоны приема коротковолновых радиостанций)

Карта Тихого океана (бесполезна при отсутствии другого навигационного прибора)

Противомоскитная сетка (москитов не бывает)

Секстант (без навигационных таблиц и хронометра бесполезен).

Тема 16. Обучение заполнению документации.

Согласие на участие в восстановительной программе. Регистрационная карточка.

Примирительный договор.

Тема 17. Подведение итогов.

Упражнение «Дерево дружбы». Упражнение «Обратная связь». Вручение сертификатов.

Упражнение «Дерево дружбы»

Каждый участник группы обводит свою ладонь фломастером на листе бумаге и пишет внутри своё имя. Затем передаёт свою ладошку соседу слева, который пишет что-нибудь внутри. После того, как каждый написал, вырезаем и приклеиваем ладошки на дерево, заранее нарисованное на ватмане.

Получение обратной связи

Каждому участнику раздается лист бумаги с вопросами: что больше всего понравилось в занятиях, что не понравилось совсем, о чем бы ещё хотели узнать, что на ваш взгляд было лишним, что нового узнали.

Вручение сертификатов о прохождении обучения.