

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«Ладо»

Утверждаю:

Заместитель Министра образования и
молодежной политики Свердловской
области


Ю.Н. Зеленов
« 13 » _____ 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Юный переговорщик» для подростков 14-18 лет
(12 часов)

Авторы-составители:

Шауберт Светлана Евгеньевна, педагог-психолог
ГБУ СО «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи «Ладо»,

Ботанина Светлана Александровна, педагог-
психолог ГБУ СО «Центр психолого-
педагогической, медицинской и социальной
помощи «Ладо»

Екатеринбург
2022

Предлагаемая программа является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. Данная программа предназначена для обучения подростков и приобретения ими навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

Дополнительная общеразвивающая программа интерактивных занятий для детей, подростков и молодежи по вопросам ненасильственных методов разрешения споров и конфликтов «Юный переговорщик» разработана на основе программы ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» «Юный медиатор» соответствии с пунктом 1 (II полугодие) плана работы Координационного Совета при Правительстве Российской Федерации по реализации Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2017-2022 годы на 2020 год, утвержденного Заместителем Председателя Правительства Российской Федерации, председателем Координационного Совета при Правительстве Российской Федерации по реализации Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2017-2022 годы Т.А. Голиковой от 12 февраля 2020 г. № 1130п-П12.

Цель программы: овладение умениями и приобретение первоначальных навыков разрешения спорных и конфликтных ситуаций с использованием техник и инструментов медиации.

Программа «Юный переговорщик» предназначена для подростков в возрасте от 14 до 18 лет. Реализация программы рассчитана на 2 месяца. Одно занятие продолжительностью 45 минут, проводятся занятия 1 раз в неделю по 2 занятия в день (сначала теоретическая часть, затем практическая отработка). Всего 16 занятий.

Программа может быть реализована в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования. Программу реализует педагог-психолог, обладающий достаточным практическим опытом в области психолого-педагогического сопровождения детей старшего школьного возраста, имеющий дополнительную подготовку по вопросам школьных служб примирения либо вопросам медиативного и восстановительного подхода.

Содержание

1.	Пояснительная записка	4
1.1	Актуальность программы	4
1.2	Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение	4
1.3	Цель и задачи реализации программы, целевая аудитория	6
1.4	Сроки, этапы, алгоритмы реализации программы	7
2.	Содержание учебного плана программы	7
3.	Календарный учебный график	9
4.	Требования к реализации программы	10
5.	Планируемые результаты освоения детьми программы	10
6.	Сферы ответственности и обеспечение прав участников программы	11
7.	Сведения о практической апробации программы на базе организации	13
	Список литературы	15
	Приложение 1. Содержание занятий	17

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность

Все чаще к психологу, в ППМС центры обращаются родители и несовершеннолетние, находящиеся в конфликтных отношениях между собой, ровесниками, педагогами. Такая ситуация порождает необходимость в формировании у подрастающего поколения навыков бесконфликтного, конструктивного взаимодействия с окружающими людьми и способности, сопереживать, уважительно относиться к собеседнику, урегулировать конфликтную ситуацию, брать на себя ответственность.

Учитывая факт, что для современных подростков естественная среда коммуникации виртуальная, то конструктивное общение в реальной жизни для них имеет некоторые трудности и как следствие порой является причиной негативных проявлений. Именно поэтому необходимо создание особых, дополнительных условий обучения детей, подростков и молодежи методам и технологиям конструктивной коммуникации, ненасильственного решения конфликтов, медиативному и восстановительному подходам, повышение их коммуникативной и нравственной культуры в целом.

Снижение конфликтности среды позволяет укрепляться чувству безопасности у детей, снижает их психоэмоциональное напряжение, в том числе частично решает вопросы профилактики формирования деструктивных форм поведения, в том числе терроризма и экстремизма.

1.2 Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение

Дополнительная общеразвивающая программа интерактивных занятий для детей, подростков и молодежи по вопросам ненасильственных методов разрешения споров и конфликтов «Юный переговорщик» разработана на основе программы ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» «Юный медиатор» в соответствии с пунктом 1 (II полугодие) плана работы Координационного Совета при Правительстве Российской Федерации по реализации Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2017-2022 годы на 2020 год, утвержденного Заместителем Председателя Правительства Российской Федерации, председателем Координационного Совета при Правительстве Российской Федерации по реализации Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2017-2022 годы Т.А. Голиковой от 12 февраля 2020 г. № 1130п-П12.

Программа строится на идеях гуманистической психологии А.Маслоу, К.Роджерса, с учетом возрастных особенностей (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин) и базовых потребностей ребенка (В.Сухомлинский, Ш.А. Амонашвили). Согласно подходу гуманистической психологии ребенок - субъект,

автор, активно работающий над развитием самого себя, своей личности и сам несущий ответственность за это самостановление. Задачи программы - помочь в самореализации, в раскрытии личностного потенциала, в принятии и освоении собственной свободы и ответственности за жизненные выборы.

Методологическую основу программы составляет метод «школьная медиация», разработанный АНО «Научно-методический центр медиации и права», восстановительная медиация (Р.Р. Максудов), теории К. Томаса, Р.Килманна, Х.Бесемера, Т.Гордона.

В основе программы лежат следующие **нормативно-правовые акты**:

- Конвенция о правах ребенка;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 27 июля 2010 г. № 193-ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)»;
- Межведомственный план комплексных мероприятий по реализации Концепции развития сети служб медиации в целях реализации восстановительного правосудия в отношении детей, в том числе совершивших общественно опасные деяния, но не достигших возраста, с которого наступает уголовная ответственность в Российской Федерации, до 2025 года, утвержденный протоколом Правительственной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав от 25 сентября 2019 г. № 23;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».

Данная программа является модификацией дополнительной общеразвивающей программы для детей, подростков и молодежи по вопросам ненасильственных методов разрешения споров и конфликтов «Курс юного переговорщика» ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» в части доработки учебно-календарного плана и условий реализации в соответствии со спецификой реализации программ в Свердловской области.

1.3 Цель и задачи реализации программы, целевая аудитория

Цель программы: овладение умениями и приобретение первоначальных навыков поведения в конфликте, разрешения спорных и конфликтных ситуаций с использованием техник и инструментов медиации.

Задачи программы

Обучающие:

- сформировать целостное представление о природе конфликтов, научиться систематизировать и анализировать причины их возникновения;
- сформировать умения разрешать конфликтные ситуации применяя техники и инструменты медиации;
- сформировать навыки социокультурной компетенции.

Развивающие:

- развивать психологическую готовность и умение ориентироваться в особенностях конфликтных процессов в современных условиях;
- развивать способность понимать и регулировать собственное эмоциональное состояние;
- развивать способность к аналитическому мышлению, навыки работы в группе сверстников.

Воспитательные:

- воспитание социально ценных отношений и переживаний в сообществе;
- сплочение коллектива;
- развитие самооценки ребенка;
- развитие позиции активной ответственности.

Целевая аудитория

Участниками программы являются несовершеннолетние возрастной категории 14-18 лет (обучающиеся 8-11 классов и СПО). Группа не более 15 человек.

1.4 Сроки, этапы, алгоритмы реализации программы

Реализация программы рассчитана на 2 месяца. Одно занятие продолжительностью 45 минут, проводятся занятия 1 раз в неделю по 2 занятия в день (сначала теоретическая часть, затем практическая отработка). Всего 16 занятий.

2. Содержание учебного плана программы

№ п/п	Название раздела, темы	Количество времени, минут			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	2	3	4	5	6
1	Занятие 1. Знакомство, правила и ожидания	45	15	30	Рефлексия, наблюдение, опрос
2	Занятие 2. Современный подросток. Определение	45	0	45	Рефлексия, наблюдение, опрос

	проблемных зон				
3	Занятие 3. Эмоции и чувства	45	45	0	Рефлексия, наблюдение, опрос
4	Занятие 4. Мои эмоции	45	0	45	Рефлексия
5	Занятие 5. Понятие конфликта	45	45	0	Рефлексия
6	Занятия 6. Моя стратегия в конфликте	45	0	45	Диагностика
7	Занятие 7. Методы решения конфликтов. Технологии ненасильственного общения	45	45	0	Рефлексия, наблюдение, опрос
8	Занятие 8. Отработка методов решения конфликтов	45	0	45	Рефлексия, решение кейс
9	Занятие 9. Медиация	45	45	0	Рефлексия
10	Занятие 10. Качества медиатора	45	0	45	Рефлексия, диагностика
11	Занятие 11. Восстановительный подход	45	45	0	Рефлексия, опрос
12	Занятие 12. Диалог со сторонами	45	0	45	Рефлексия, наблюдение
13	Занятие 13. Медиативный подход	45	45	0	Рефлексия, наблюдение, опрос
14	Занятие 14. Моделирование решения конфликта в школьной службе примирения	45	0	45	Наблюдение
15	Занятие 15. Круг	45	45	0	Рефлексия, опрос
16	Занятие 16. Моделирование решения конфликта в технологии «Круг»	45	0	45	Наблюдение, диагностика
Всего		12 ч	6 ч	6 ч	

3.Календарный учебный график

№ п/п	Неделя, день	Форма занятия	Кол-во минут	Тема занятия	Форма контроля
1	1 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 1. Знакомство, правила и ожидания	Рефлексия, наблюдение, опрос
2	1 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 2. Современный подросток. Определение проблемных зон	Рефлексия, наблюдение, опрос
3	2 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 3. Эмоции и чувства	Рефлексия, наблюдение, опрос
4	2 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 4. Мои эмоции	Рефлексия
5	3 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 5. Понятие конфликта	Рефлексия
6	3 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятия 6. Моя стратегия в конфликте	Диагностика
7	4неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 7. Методы решения конфликтов. Технологии ненасильственного общения	Рефлексия, наблюдение, опрос
8	4 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 8. Отработка методов решения конфликтов	Рефлексия, решение кейс
9	5 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 9. Медиация	Рефлексия
10	5 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 10. Качества медиатора	Рефлексия, диагностика
11	6 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 11. Восстановительный подход	Рефлексия, опрос
12	6 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 12. Диалог со сторонами	Рефлексия, наблюдение

13	7 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 13. Медиативный подход	Рефлексия, наблюдение, опрос
14	7 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 14. Моделирование решения конфликта в школьной службе примирения	Наблюдение
15	8 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 15. Круг	Рефлексия, опрос
16	8 неделя, понедельник	Групповая работа	45	Занятие 16. Моделирование решения конфликта в технологии «Круг»	Наблюдение, диагностика
ИТОГО					12 часов

4. Требования к реализации программы

Для обеспечения реализации программы необходимо помещение, оборудованное мебелью (стол, стулья) и освещением.

Необходимые средства для обеспечения программы: бумага А4, А3, ватман, простые и цветные карандаши, ножницы, бланки методик, маркеры, компьютер и мультимедийная установка для воспроизведения видеофайлов, флипчарт.

При реализации программы используются Методические пособия, изданные специалистами ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» - <https://centerlado.ru/biblioteka> 3/.

Реализует программу педагог-психолог с высшим профессиональным образованием, имеющий дополнительную подготовку по вопросам школьных служб примирения либо вопросам медиативного и восстановительного подхода.

5. Планируемые результаты освоения детьми программы

По окончании срока реализации программы обучающиеся будут иметь представление:

- о природе конфликтов и способах их регулирования;
- о медиации как методе урегулирования споров;
- об особенностях медиативного и восстановительного подходов;
- о целях и технологии проведения Круга сообщества (далее - Круг).

По окончании срока реализации программы обучающиеся будут знать:

- способы разрешения конфликтных ситуаций;
- принципы медиации;
- показания к применению медиативного и восстановительного подходов.

По окончании срока реализации программы обучающиеся будут владеть:

- основными инструментами медиации;
- навыками построения конструктивного диалога со сверстниками;
- способностью понимать и принимать позицию активной ответственности.

Уровень усвоения обучающимися программы определяется соответствующими критериями с учетом индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребёнка.

Итоговый контроль осуществляется в форме опроса по темам программы.

6. Сферы ответственности и обеспечение прав участников программы

Гарантия прав всех участников образовательных отношений при реализации данной программы обеспечивается корректным распределением сфер ответственности организаторов, исполнителей программы, участников, а также четким определением их прав и обязанностей.

Организаторы реализации развивающей психолого-педагогической программы – администрация ГБУ СО «ЦППМСП «Лад» (директор ГБУ СО «ЦППМСП «Лад» и заместитель директора) несут ответственность за соблюдение всех требований к организации деятельности по реализации программы. Администрация несет ответственность за обеспечение всех материально-технических, организационных и нормативно-правовых условий реализации программы, осуществляет общий контроль за ее качественным выполнением.

Авторы и исполнители программы – несут ответственность за качество разработки и реализации программы, за соблюдение всех методических и психолого-педагогических условий ее реализации, за создание благоприятной комфортной и безопасной образовательной среды для участников программы, за оформление необходимой документации, за сохранность и конфиденциальность персональной, психологической информации.

Отвечает за качество применяемых психодиагностических методик и корректность проведения контрольно-оценочных процедур с их использованием. Несет ответственность за соблюдение психологических условий организации занятий с учетом их психофизических и когнитивных ресурсов.

Участники программы и их родители (законные представители) – несут ответственность за соблюдение режима работы, посещение занятий, родители (законные представители) за заполнение соответствующей документации (согласие на участие ребенка в программе, договор об оказании услуг, акт выполненных работ). Для участия несовершеннолетнего в программе необходимо Согласие родителей в письменном виде.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы.

Программа «Курс юного переговорщика» реализуется педагогом-психологом. Внутренний контроль реализации программы обеспечивается администрацией образовательной организации, посредством выполнения всех требований к процедурам ее проектирования, экспертной оценки, утверждения, оценки отзывов участников программы, экспертной оценки специалистов, реализующих программу, оценки качества документации, оценки руководителем достижения количественных и качественных показателей эффективности реализации программы.

Программа утверждается педагогическим советом. Ответственный за реализацию программы обновляет и дополняет ее, составляет расписание занятий. Осуществляет контроль за качеством условий реализации программы и качеством достигнутых результатов в точном соответствии с учебно-тематическим планом. Отвечает за оформление и хранение всех необходимых документов и организует вручение сертификатов участникам программы.

Все участники должны соблюдать правила внутреннего распорядка образовательной организации, а также правила безопасности, о чем их информируют специалисты, проводящие занятия.

7. Сведения о практической апробации программы и результаты, подтверждающие эффективность программы.

Программа «Курс юного переговорщика» реализуется ГБУ СО «ЦППМСП «Лад» с 2022 г. Всего осуществлен выпуск 4 групп подростков (57 человек).

По итогам реализации программы были получены следующие результаты:

- в ходе групповых встреч дети узнали о медиации (о её целях и задачах), были ознакомлены с медиативным и восстановительным подходом (попробовали себя в разных ролях: медиатора, пострадавшего, виновного). Ознакомлены с целями и технологиями Круга сообщества;

- на занятиях дети были ознакомлены с техниками и методами по стабилизации своего эмоционального состояния;

- дети были ознакомлены со всеми типами регулирования конфликтов (соперничество, избегание, компромисс, сотрудничество, приспособление) в ходе обсуждения сделали вывод, что более эффективный способ регулировать конфликт, это компромисс или сотрудничество;

Отмечается повышение компетентности у 70% подростков и повышение уровня их знаний:

1. О природе конфликтов и способах их регулирования. Были освоены навыки построения конструктивного диалога со сверстниками.

2. О медиации как методе урегулирования споров, принципах медиации.
3. Об особенностях медиативного и восстановительного подхода. Показание к применению данных подходов.
4. О целях и технологиях проведения Круга сообществ.

В обратной связи участники «Курса юного переговорщика» отметили в качестве «плюсов» курса: индивидуальный подход к каждому участнику, результативность командной работы. Практическая значимость полученных знаний, навыков и умений, по мнению подростков, реализовалась в возросшей эффективности при взаимодействии с окружающими, они стали лучше понимать свои и чужие чувства, эмоции, искать конструктивные способы решения конфликтных ситуаций.

Список литературы

1. Азбука медиации / сост. Шамликашвили Ц., Ташевский С.- Москва Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования, 2011. - 64 с.
2. Банькина С.В., Егоров В.К. Учимся толерантности: Методическое пособие для проведения классных часов, бесед и тренинговых занятий с учащимися 7-11 классов. - Москва, 2007 - 125 с.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? Москва: Астрель, 2010. - 251 с.
4. Гордон Т. Курс эффективного преподавателя. Как раскрыть в школьниках самое лучшее / Томас Гордон при участии Ноэля Берча. - Москва: Ломоносовъ, 2010. - 432 с.
5. Методические рекомендации по развитию сети служб медиации (примирения) в образовательных организациях и в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей/Подготовлены Минпросвещения России и согласованы с Минюстом России. Протокол заседания Правительственной комиссии от 25 сентября 2019 г. № 23 - 18 с.
6. Методические рекомендации по созданию служб медиации и интеграции восстановительного подхода в специальных учебно-воспитательных учреждениях для детей и подростков открытого или закрытого типа / М.В. Быкова, А.А. Винокуров, В.П. Графский, А.Х. Пачеко- Рейнага, А.А. Пентин. - Москва : ФГБУ «ФИМ», 2019. - 48 с.
7. Прокофьева Н.И. Психологические аспекты ведения переговоров. Москва Феникс, 2012. - 147 с.
8. Стейнберг Лоуренс. Переходный возраст. Не упустите момент /пер. с англ. Юлии Константиновой. - Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2017. - 304 с.
9. Шамликашвили Ц.А. Основы медиации как процедуры урегулирования споров. - Москва: Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования, 2013. - 128 с.

Содержание занятий

Занятие 1. Знакомство, правила и ожидания**Цель занятия**

Знакомство с группой, демонстрация модели поведения на занятиях; информирование группы по основным вопросам, связанных с программой и Школьными службами примирения; формирование мотивации к работе по программе; диагностика исходного уровня представлений о программе.

1. **Введение:** представление ведущего и программы.

2. **Основная часть:**

Упражнение «Знакомство»

Упражнение проводится в общем кругу. Участникам по очереди необходимо назвать свое имя, еду на первую букву имени, черту характера.

Упражнение «Ожидания»

Участники пишут на небольших листочках свои ожидания от программы. Затем, листочки приклеиваются на ватман.

Упражнение «Правила»

Методом «мозгового штурма» определяются правила поведения на занятиях (один в эфире, не осуждай, правило конфиденциальности и т.д.) и принимаются всей группой.

3. **Опрос/анкетирование по начальным знаниям о содержании программы. Рефлексия занятия.**

Занятие 2. Современный подросток. Определение проблемных зон

Цель занятия: определение актуальных проблем современного подростка и связь с умением конструктивного решения конфликта

1. **Разминка.**

2. **Основная часть:**

Упражнение рисунок «Современный подросток» / «Ценности и риски современного подростка» / «Рисунок современной девушки/ Современного юноши»

Все участники делятся на три-четыре подгруппы по четыре-пять человек в каждой. Каждой подгруппе предлагается выполнить рисунок на чистом листе ватмана - «Современный подросток» / «Ценности и риски современного подростка» / «Рисунок

современной девушки/ Современного юноши», представив его произвольным образом. По завершении работы каждая подгруппа представляет свой рисунок с комментариями.

3. Рефлексия занятия

Занятие 3. Эмоции и чувства

Цель занятия: знакомство с миром эмоций и чувств, формирование базы эмпатии.

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

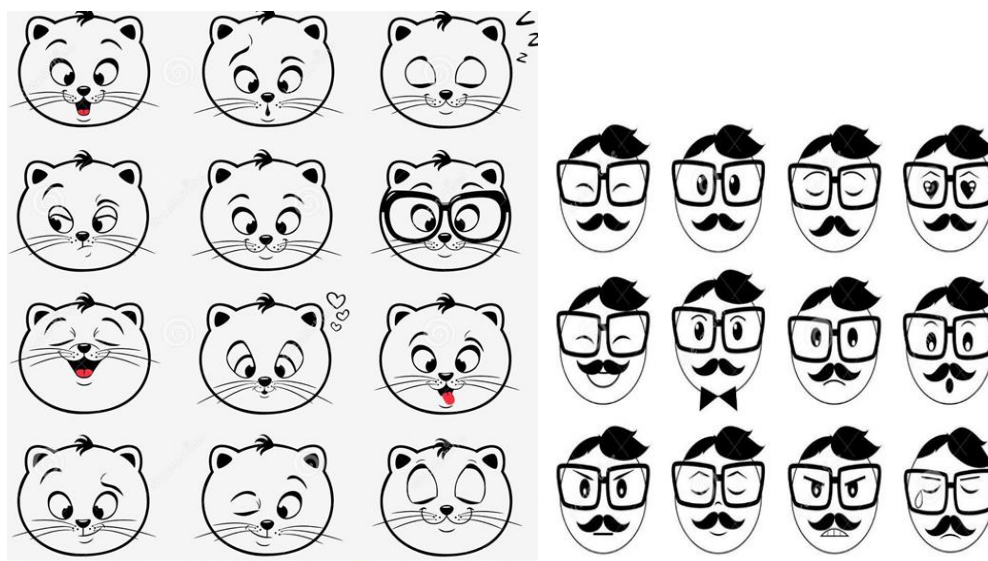
- что такое эмоции и чувства, для чего они нужны?
- как понять, что чувствую я и другие?
- что делать с эмоциями и чувствами?

Занятие 4. Мои эмоции

Цель занятия: развитие эмоционального интеллекта, формирование эмпатии.

1. Разминка.

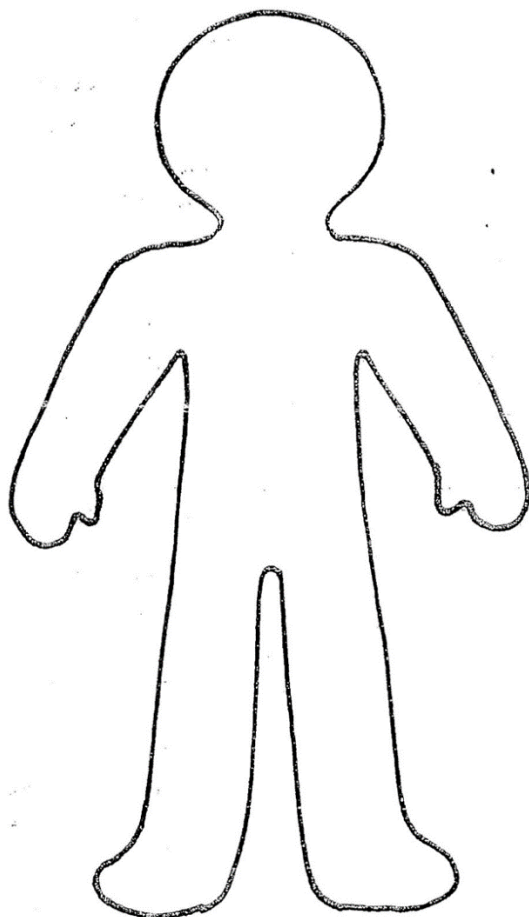
Упражнение «Мое настроение». На стенах помещения необходимо разместить различные наборы-картинки с эмоциями



Предложите подросткам раскрасить свое настроение сегодня.

2. Основная часть.

Упражнение «Мои эмоции». Обсудите с детьми эмоции и предложите каждой эмоции подобрать свой цвет, определить, в какой части тела эта эмоция живет. Раздайте контур человечка и попросите заполнить его эмоциями так, если бы это были они.



Упражнение «Психогимнастика». Подростки вытягивают карточки с эмоциями, затем изображают их без слов, задача остальной группы понять, что за эмоция или чувство.

Радость: Улыбнуться, как радостный ребенок.

Отвращение: Ощутить отвращение, словно на ужин вам предложили блюдо с отборными китайскими тараканами.

Страх: Испугаться, как заяц, увидевший волка.

Печаль: Расстроиться, словно расстаешься на все лето с лучшим другом.

Вина: Почувствовать себя виноватым, как в случае, когда соврал и раскаиваешься

Скука: Заскучать, как студент на долгой, нудной лекции.

Грусть: Погрустить, вспомнив о приятном событии, которое осталось в прошлом.

Недоумение: Недоумевать, словно человек, встретивший в джунглях белого медведя.

Злость: Разозлиться, словно все вокруг не так, как хочется тебе.

Гнев: Нахмуриться, как разъяренный отец.

Восхищение: Восхититься, словно тебе выдался уникальный шанс провести целый день со своим кумиром.

Тревога: Тревожиться, как перед важным экзаменом.

Счастье: Обрадоваться так, словно сбылась твоя самая заветная мечта.

Интерес: Заинтересоваться, как бизнесмен, услышавший о новом сверхприбыльном проекте.

Удовольствие: Наслаждаться, словно кот, растянувшийся на солнышке.

Сосредоточенность: Сконцентрироваться, словно решаешь важную задачу.

Обида: Обидеться, словно тебя несправедливо наказали.

Горе: Горевать так, будто потерял близкого человека.

Удивление: Удивиться, «как будто ты увидел чудо».

Раздражение: Испытать раздражение, словно тебя настойчиво заставляют делать то, чего ты не хочешь.

Тоска: Тосковать о друге, словно он уехал навсегда.

Стыд: Ощутить стыд, словно потерял штаны в людном месте.

Гордость: Гордиться, как спортсмен на пьедестале, ставший Олимпийским чемпионом.

Ярость: Разъяриться так, что готов с кулаками отстаивать свои права.

Отчаяние: Отчаяться, словно ребенок, заблудившийся в лесу.

Вдохновение: Ощутить такой творческий подъем, словно тебя посетила муза.

3. Рефлексия занятия.

Занятие 5. Понятие конфликта

Цель занятия: определить понятие конфликта, виды, особенности реагирования на конфликт.

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

- что такое конфликт?
- виды конфликтов?
- стратегии поведения в конфликте и копинги?

Занятия 6. Моя стратегия в конфликте

1. Разминка.

Упражнение «Тух-тиби-дух». Ведущий дает инструкцию: Я сообщу вам сейчас особое слово. Это заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований, короче, против всего, что портит настроение. Чтобы это слово подействовало по-настоящему, вам необходимо сделать следующее. Начните ходить по классу, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из детей, и трижды сердито-сердито произнесите слово. Это слово — "тух-тиби-дух". В это время

другой участник должен стоять тихо и слушать, как вы произносите волшебное слово, он не должен ничего отвечать. Но если он захочет, он может ответить вам тем же — трижды сердито-сердито произнести: "Тух-тиби-дух!". После этого продолжайте прогуливаться по классу. Время от времени останавливайтесь перед кем-нибудь и снова сердито-сердито произносите это волшебное слово. Чтобы оно подействовало, важно говорить его не в пустоту, а определенному человеку, стоящему перед вами.

2. Основная часть

Диагностика собственного стиля реагирования на конфликт (Тест Томаса-Килмана «Стратегии поведения в конфликте»).

Упражнение «Решения и навыки». Подростки получают карточки с названием копинга решения конфликтной ситуации (сделать первый шаг, изменить точку зрения, взять паузу, сосредоточиться на главном, учиться у других, не быть слишком серьезным, быть искренним, преодолеть внутреннее сопротивление, взять ответственность, проявить терпение, найти сходство и др.). Задается одна конфликтная ситуация-кейс, задача участников предположить решение, имея один копинг в руках.

Кейс: Однажды ученики класса вместе с классным руководителем возвращались с экскурсии. Ребята шли парами друг за другом. Неожиданно кто-то толкнул Колю сзади в спину, и он налетел на идущего впереди Юру. Юра нанес «защитный удар», не глядя назад, и как потом оказалось, попал в глаз Коле. Когда это выяснилось, Юра принес извинения Коле, но Коля набросился на Юру. Завязалась драка.

3. Рефлексия.

Занятие 7. Методы решения конфликтов. Технологии ненасильственного общения

Цель занятия: ознакомить участников с методами решения конфликтов, технологиями «Центрирование», «Я сообщение», «Активное слушание».

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

- современные методы решения конфликтов?
- техника «Центрирование»?
- техника «Я сообщение»?
- техника «Активное слушание»?

Ненасильственное общение это стратегия общения, которая помогает нам сопереживать, слышать глубинные потребности - свои и других. Смысл ненасильственного общения в том, чтобы заменить привычные модели поведения и свести защитные агрессивные реакции к минимуму. Ведь иногда ответ

идет автоматически, и отвечающий не задумывается, что на самом деле стоит за словами.

Техника «Центрирования» как способ «подумать, прежде чем сделать или сказать что-то». Поддержка «принципа наделения силой»: необходимо сделать видимым, что ребята уже умеют делать и делают в области общения и разрешения конфликтов, их актуальные навыки и умения.

Для выполнения техники необходимо удерживание во внимании 5 точек:

1. Ступни ног - как опора.
2. Расслабить живот - спокойствие.
3. Опустить плечи - расслабление.
4. Расслабить челюсть.
5. Макушка головы - потянуть вверх. Удерживать состояние 10 секунд.

Техника «Я-сообщение» как способ сказать другим о своих чувствах и потребностях.

Техники «Активного слушания».

Поддакивание

Все люди пользуются им автоматически. В ходе беседы нужно время от времени кивать, произнося «ага», «да-да» или «угу». Так собеседник понимает, что вы сосредоточены на нем. Допустим, в телефонном разговоре этот прием доказывает говорящему, что его слушают внимательно. Упорное молчание в течение монолога заставляет собеседника сомневаться, что дальнейшее общение имеет смысл.

Спрашивание

Есть два вида вопросов – открытые или закрытые.

Последние используются не для получения более полной информации о чем-то. С их помощью можно ускорить подтверждение какой-либо договоренности и получение согласия, а также убедиться в собственных предположениях или, наоборот, отвергнуть их. Закрытые вопросы требуют простых ответов – «да», «нет». Например, такие: «Ты был сегодня на работе?», «Давно вы здесь?», «Ты в комнате один?», «Вы обедали?» и др.

Открытые вопросы техники активного слушания требуют расширенного объяснения. Они обычно начинаются с местоимений «кто», «что», «сколько», «как», «какой» и др. Таким образом вы помогаете лавировать клиенту, который переходит с монолога к двустороннему общению. Например, «Что вы ели на обед?», «Как твое здоровье?», «С какого времени вы ждете?»

Перефразирование

Суть приема – сформулировать одну и ту же мысль, но по-другому. Это позволяет говорящему понять, что его речь воспринимают верно. В противном случае он может

вовремя исправить ситуацию. Перефразируя слова, необходимо опираться на суть информации и исключать эмоции, которые ее сопровождали.

Как начинать перефразирование:

«Если я верно понял, то...».

«Иначе говоря, вы полагаете, что...».

«Возможно, я не прав, но вы сказали, что...».

Подобные примеры техник активного слушания в части пересказывания фраз подходят, если собеседник логично завершил часть своего повествования и собирается продолжить эту мысль. Перебивать его не нужно, пока он не закончит свой очередной фрагмент. Это навредит его расположению духа.

Эхо

В противоположность перефразировке эхо возвращает собеседнику все, что он произнес, причем дословно. Это позволяет эмоционально присоединиться к говорящему или озвучить уточняющий вопрос. Вот ряд простых примеров.

Фраза: «Очень люблю мороженое». Версия зеркального вопроса: «Вы очень любите мороженое? Рожок или в стаканчике?»

Занятие 8. Отработка методов решения конфликтов

Цель: приобретение навыка использования технологий ненасильственного общения

1. Разминка.

Упражнение «Цапля». Предложите участникам как можно дольше простоять на одной ноге (если кто-то стоит долго – предложите присесть на одной ноге). Упражнение используется как отсылка к технике «Центрирование».

2. Основная часть.

Упражнение «Я-сообщение». Предложите детям конфликтные ситуации и попросите представить реагирование на них в двух вариантах: обычно, «Я-сообщением». Сравните.

Упражнение «Диалог». Разделите участников на пары. Один из пары рассказывает что-либо, другой слушает. Проиграйте в двух вариантах:

- с использованием активного слушания;
- без реакции слушающего (он не кивает, не говорит, просто сидит и молча смотрит на рассказчика).

Предложите сравнить ощущения от беседы.

3. Рефлексия

Занятие 9. Медиация

Цель: ознакомить участников с медиацией.

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

- определение понятия «медиация»?
- принципы медиации?
- определение понятия «медиатор»?

Занятие 10. Качества медиатора

1. Разминка.

Упражнение «Качество». Задача участников, передавая мяч по кругу, проговаривать, по их мнению, качество медиатора на каждую букву этого понятия. Пример: М-мыслящий, е- естественный и т.д.

2. Основная часть.

Упражнение «Идеальный медиатор». Распределить участников на группы по 4-5 человек. Предложить участникам списки качеств личности, умений и навыков. Их задача будет оформить плакат с «идеальным медиатором», разместив на нем качества и навыки. Представить плакаты. Обсудить, какие качества личности необходимо развивать самим участникам и что можно для этого сделать.

3. Рефлексия

Занятие 11. Восстановительный подход

Цель: ознакомить участников с восстановительным подходом.

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

- определение понятия «восстановительный подход», «дружественное к детям правосудие»?
- роль и история возникновения?
- отличия от других подходов?

Занятие 12. Диалог со сторонами

1. Разминка.

Упражнение «Молекулы». Участники хаотично движутся по залу, ведущий дает команды, в группы по сколько человек соединиться (по 2, 5, 8 и т.д.). Итоговая команда будет соединиться в группы по три человека.

2. Основная часть.

Основная часть представлена непосредственно восстановительной беседой медиатора и конфликтующими сторонами (первично, отдельно друг от друга). После

предыдущего упражнения образовались команды по три человека (медиатор, «жертва», «Агрессор») – предложите им распределить роли.

Участникам предлагается ситуация для разбора:

Ваня и Сережа учатся в параллельных классах. У Сережи класс гимназический (более сложная программа, отбор детей, тестирование), Ваня - в обычном классе (там учатся те, кто не прошел в гимназический, программа проще).

У Вани сложная ситуация дома, он иногда живет у бабушки, однако мальчик он душевный, отзывчивый, но вспыльчивый. Физически хорошо развит.

Сережа уверенный в себе, более спокойный, но холодноват. Он поможет, если попросят, но сам инициативу не проявит. Учится хорошо.

Позиция Вани: Я бежал по лестнице из спортзала после урока физкультуры. Внизу стояли ребята из параллельного (7А) класса. Сережа поставил мне подножку, я упал и очень сильно ушибся. Все начали смеяться, а я ударил Сережу за его «шуточки».

Позиция Сережи: Мы стояли с ребятами около лестницы, ведущей в спортзал на 2 этаж, шутили, смеялись. Ребята из параллельного класса, у которых закончился урок, стали спускаться вниз. Ваня бежал быстро, и я решил его «притормозить» подставил ножку. Я думал, что он чуть запнется, все посмеемся, и он побежит дальше. Но он запнулся, упал и очень ушибся. Ребята засмеялись, а я испугался, подошел к нему, хотел помочь, а он со всего размаха ударил меня.

Проведение восстановительной беседы по плану:

1. Установление контакта:

Расскажи пожалуйста, что случилось? Расспросить в подробностях именно то, что можно было бы заметить на уровне действий, а не интерпретаций.

– Кто мог бы быть заинтересован в том, чтобы все исправилось, и ситуация разрешилась?

2. Определение проблемы (и отделение ее от человека):

– Какое участие ты в этом принимал?

– Что ты делал хорошо в этой ситуации?

– Что бы ты мог или хотел сделать по-другому в этой ситуации?

– Как бы ты назвал ситуацию или ту сложность, которая проявилась в этой ситуации? (Запишите это название в форме существительного имени нарицательного.)

3. Обсуждение последствий:

Как ты чувствуешь себя в связи с этим?

– Как «это...» (название, прозвучавшее на предыдущем этапе) вынудило тебя себя чувствовать? Какие мысли «это...» у тебя вызвало?

- Что «это...» заставило тебя делать?
- Как «это...» повлияло на твои отношения с другими людьми?
- Как «это...» повлияло на других людей? На их чувства? На их мысли?

4. Обсуждение нанесенного вреда:

Резюме о том, как «это...» повлияло на тебя и других. Как ты к этому относишься?

Доволен ли ты этим? Справедливо ли это? С чем важным для тебя это связано?

5. Составление плана:

- Считаешь ли ты, что ситуация должна быть разрешена как-то? Если да, то зачем, ради чего ее разрешать?
- Были ли моменты, когда ты уже справлялся или участвовал в разрешении

подобных ситуаций, сложностей?

– Пострадавшей стороне: если бы была возможность исправить ситуацию, что было бы тебе для этого необходимо?

- Обидчику: что нужно сделать для того, чтобы все были уверены, что ситуация не повторится?

1. Как тебе кажется, что может сделать каждый участник ситуации, чтобы исправить ситуацию? Когда и где это может быть сделано?

2. Как можно понять и удостовериться, что это реализовано?

3. Согласен ли, готов ли ты побеседовать об этом с другой стороной?

4. Обратная связь.

3. Рефлексия.

Занятие 13. Медиативный подход

Цель: ознакомить участников с устройством «Школьных служб примирения», с порядком работы медиатора. Этапы медиации.

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

- школьная служба примирения
- подготовительный этап?
- встреча со стороной?
- встреча сторон?
- аналитическая беседа?

Занятие 14. Моделирование решения конфликта в школьной службе примирения

1. Разминка

Упражнение «Гордиев узел»

Участники стоят в круге, вытянув руки вперед. Все медленно двигаются вперед до середины круга, пока каждый из участников не ухватится каждой рукой за руку другого участника и не будет ее крепко держать. Глаза открываются, и все видят ужасный хаос. Узел распутывается, при этом ни одна из рук не расцепляется. Это происходит с помощью вдумчивости, ловкости и интенсивной коммуникации. В работе с детьми следует направлять их действия, пока все руки не распутаются.

2. Основная часть. Медиативная беседа.

Участникам предлагается ситуация для разбора:

Лиза и Марк — влюбленная пара класса, причем уже третий год. У Лизы есть подруга Анна, с которой они дружат с детства. Но на последней школьной дискотеке Анна долго танцевала с Марком, перешёптываясь и смеясь. Лиза очень разозлилась, произошел скандал. Лиза при всех обвинила Анну в намерении очаровать ее друга. Анна назвала Лизу глупой и ревнивой. Лиза ушла в слезах, Марк помчался за ней. Они помирились, а вот конфликт между Лизой и Анной продолжался. Теперь девочки собирают себе сторонников.

Атмосфера в классе стала очень напряженной. Учителя жалуются на ухудшение дисциплины и успеваемости.

Девочки согласились на медиативную беседу.

Проведение беседы на основе медиативного подхода по плану:

1. Вступительная речь - приглашение к беседе и обозначение условий. Цель: установление контакта.

2. Заявления сторон. Расспросить на уровне действий и фактов. Цель: суть (контекст) спора, предмет спора.

Вопросы: Что случилось? Что произошло? Как ты видишь ситуацию? Как это повлияло на тебя? Как это повлияло на него? На кого еще повлияла эта ситуация?

3. Определение тем (отделение проблемы от человека). Общие вопросы для обсуждения - какую проблему ты сейчас хотел бы обсудить? Что важно обсудить в связи с тем, что (здесь) произошло (какие темы)? Записать темы (проблемы) для обсуждения.

4. Прояснение интересов. С какой темы начнем? Кто первый (возможна помощь медиатора в выборе - кто первый, лучше начинать с активного, более пассивный может еще больше закрыться, начать нервничать)?

Техника: работа с интересами.

Вопросы: Почему важна тема? С чем это связано? Зачем? Для чего? Какой ваш

интерес? Почему это важно?

5. Выход на варианты решения. Обсуждение решений. Вопросы: Как можно по-другому? Какой может быть выход? Как можно изменить ситуацию? Что можно сделать по-другому? Какие есть варианты решения? Что еще можно предложить? Их оценка по разным критериям: реалистичность, жизнеспособность, взаимоприемлемость.

6. Выход на договоренности, проверка рисков, составление плана. Проверка рисков - считаешь ли, что ситуация разрешилась? Насколько тебя устраивает данное решение? Считаешь ли ты возможным исполнять данное решение? Может ли кто-то (что-то) повлиять на исполнение решения?

Составление плана: Что ты в первую очередь сделаешь, для того чтобы решение исполнялось? Что будет следующим шагом? И так далее. Как ты думаешь, что обычно чувствуют люди, которые исполняют взятые на себя обязательства?

Если ты будешь испытывать такие чувства, будет ли это для тебя показателем, что Ваши решения исполняются (договоренности соблюдаются)? Если у тебя не будет таких чувств, сможешь ли ты поговорить ю мной, перед тем как предпринимать какие-либо действия?

3. Рефлексия.

Занятие 15. Круг.

Цель: ознакомить участников порядком проведения технологии «Круги сообщества».

Теоретическое занятие предполагает обучение несовершеннолетних по вопросам:

- особенности проведения технологии?
- правила круга?
- этапы?

Занятие 16. Моделирование решения конфликта в технологии «Круг»

Цель: получение участниками опыта участия в кругу.

1. **Разминка и основная часть.** Задается актуальная ситуация, требующая решения (может даже нейтральная, например, как провести праздник 8 марта, новый год и т.д.), Проводится технология круга по этапам: раунд личных историй (например, рассказ участников о его любимом празднике), собственное мнение о ситуации, что вообще делают люди в таких ситуациях, что лично я готов сделать в этой ситуации и в какие сроки.

2. **Подведение итогов программы, тестирование.**

