

## Методическое наполнение дополнительной общеразвивающей программы «Медиатор».

### Занятие 1.

#### Тема: «Знакомство и принятие правил работы в группе. Знакомство с работой школьных служб примирения».

**Цель занятия:** знакомство участников; введение в тему и организация работы, мотивация участия в работе.

**Оборудование и материалы:** медиасистема, м/ф «Конфликт», игрушка, презентация «Медиатор», «Правила тренинга», флипчарт, фломастер.

**Текст ведущего:** «Мы не случайно собрались в этом составе, так как здесь присутствуют ребята, входящие в советы медиации. Поднимите руки, кто уже участвовал в процессе примирения, кто только начинает, кто не имеет представления о том, для чего нужны такие службы в школе...» (выясняется уровень информированности и вовлеченности участников в работу. Дается определение понятия медиатор. На экране слайд с определением).

#### 1. Упражнение «Знакомство».

**Цель:** знакомство.

Участник, начинающий процедуру знакомства, говорит о себе: «Меня зовут ... (имя), я люблю... (то, что любит, например – «мороженое»». Следующий участник называет имя предыдущего участника и то, что тот любит, добавляя свое: «Тебя зовут - Ирина, и ты любишь собак, меня зовут Елена, я люблю ходить в походы». Упражнение делается, пока имена всех участников не будут названы.

#### 2. Упражнение «Мячик».

**Цель:** знакомство, запоминание имен участников.

Участник, в руках которого мяч, бросает его любому другому участнику, называя его имя: «Света, лови...». Упражнение продолжается, пока мяч не побывает у каждого.

#### 3. «Правила тренинга».

**Цель:** принятие правил работы группой в рамках тренинга, упорядочивание группового взаимодействия, создание в группе атмосферы безопасности и доверия.

*Ведущий кратко объявляет правила работы и объясняет их значение.*

**Текст ведущего:** «Для безопасности нашей работы в группе нужны специальные правила. Правила - это законы группы, по которым она живет во время всего тренинга. Правила принимаются всей группой вместе с тренером в самом начале работы. Они нужны для создания такой обстановки, чтобы каждый участник:

- мог открыто выражать свои чувства и мысли;
- не боялся стать объектом насмешки и критики;
- был уверен в том, что все личное, что обсуждается на занятии, не выйдет за пределы группы;

- получал информацию сам и не мешал получать ее другим.

Ни одна социальная общность не может существовать без правил, регламентирующих жизнь людей, составляющих эту общность. Тренинговые группы также вырабатывают свои собственные нормы. Назовем основные правила (презентация).

**«Отключение телефонов на время занятий».**

**«Доброжелательность».** Относимся друг к другу доброжелательно. Никто не в праве никого обижать.

**«Слушаем говорящего, говорим по очереди».** Оно преследует две цели. Первая – чтобы не перебивать говорящего. Любой говорящий имеет право быть выслушанным до конца. И только после того, как он выразит свою мысль, можно начинать прения и дискуссии. Вторая – чтобы не пропали умные мысли, пришедшие в голову в процессе работы. «Осененный» участник поднимает руку, и, когда появляется возможность, ведущий дает ему слово. Важно внимательно слушать говорящего. У говорящего в руках мягкая игрушка.

**«Активное участие».** В группе отсутствует возможность пассивно «отсидеться». Поскольку тренинг относится к активным методам обучения, развития, такая норма, как активное участие всех в происходящем тренинге, является обязательной.

**«Я-высказывание».** Оценка поведения другого члена группы должна осуществляться через высказывание собственных возникающих чувств и мыслей. Все высказывания должны строиться с использованием местоимения «я», «мне», «Я считаю», «мне кажется...» Тем более, что одна из ведущих задач тренинга – научиться брать ответственность на себя. Мы можем высказывать не согласие с другими участниками, но не критикуем их мнения и поведение.

**«Искренность и открытость».** Самое главное в группе – не лицемерить и не лгать, но меру искренности каждый определяет сам.

**«Конфиденциальность».** Все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников, должно остаться внутри группы – естественное этическое требование для создания атмосферы психологической безопасности и условий для самораскрытия.

**«Стараться не опаздывать».**

*Данные правила участники могут выработать сами с помощью мозгового штурма.*

*Группа принимает правила, которые выписываются на флипчарте. Каждый расписывается в том, что принимает эти правила.*

#### **4. «Открытый показ». Просмотр мультфильма Гарри Бардина «Конфликт».<sup>1</sup>**

После просмотра мультфильма с участниками проводится обсуждение по вопросам.

- 1) Понравился ли вам мультфильм? О чем он?
- 2) Какие мысли и чувства вызывает?

---

<sup>1</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=n\\_gfsYwrkk](https://www.youtube.com/watch?v=n_gfsYwrkk)

- 3) Какие действия участников привели к началу конфликта?
- 4) Что усугубило и развило конфликт?
- 5) На какой фазе можно было бы остановить этот конфликт?
- 6) Что для этого надо было сделать участникам конфликта?

### **5. Упражнение «Да, нет, может быть».**

*Группе предлагаются неоднозначные утверждения о восстановительной культуре отношений; об отношении к конфликтам. Относительно каждого утверждения участники выбирают один из ответов: «Да», «нет», «может быть...» и делятся на три подгруппы соответственно этим ответам. Затем каждая подгруппа объясняет свой выбор. После этого дается экспертное мнение по данному утверждению.*

#### **Утверждения:**

- 1) Конфликт – это ссора, после которой люди прекращают понимать друг друга и общаться.
- 2) Конфликт имеет положительные стороны.
- 3) В школе чаще всего конфликты происходят между учителями и учениками.
- 4) Конфликт всегда проходит с оскорблениями.
- 5) Чтобы решить конфликт достаточно желания сторон.
- 6) Помогать конфликтующим мириться – бесполезное дело.

**Резюме ведущего:** «Эффективная помощь в решении конфликтов возможна, только при владении специальными навыками».

### **6. Мозговой штурм «Навыки, необходимые для помощи в решении конфликтов».**

**Цель:** активизация участников для работы по теме.

*Ведущий задает вопрос группе: «Какие необходимы навыки медиатору?». Все предложенные ответы записываются на доске и группируются по темам.*

**Шпаргалка тренера:** «Навыки и качества, необходимые медиатору».

- 1) Эмоционально устойчивый и умеющий справляться с сильными чувствами, умеющий сохранять нейтральность ко всем участникам конфликта;
- 2) Эмоционально развитый и эмпатичный (понимание собственных чувств и умеющий сочувствовать другому);
- 3) Интерес к другой личности, понимание и принятие (толерантность) инакости других;
- 4) Хороший слушатель (старается понять то, что говорит собеседник, а не находится в собственных мыслях и аргументах);
- 5) Умение аргументировано и уважительно высказывать свое мнение;
- 6) Устойчивая самооценка и умение защищать собственные личностные границы.

### **7. Упражнение «Добрые СМС-ки».**

Участники стоят в круге, держась за руки. Первый участник начинает упражнение, продолжая фразу «Я посылаю СМС-ку... (имя одного из сидящих в круге)» и озвучивает текст с хорошими пожеланиями: «Желаю тебе получить хорошие отметки...». Участники, сидящие слева от него по – очереди пожимают соседу руку, изображая, что телеграмма идет к адресату. Когда

очередь доходит до адресата, он говорит: «СМС получена» и посылает СМС-ку другому участнику и т.д.

**8. Подведение итогов занятия.** Участники по кругу высказываются о своих впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

## **Занятие 2. Тема «Основы конфликтологии. Конфликт как кризис и как ресурс для развития».**

**Цель занятия:** знакомство с этапами конфликта и качествами, необходимыми медиатору для разрешения конфликтных ситуаций.

**Оборудование и материалы:** презентации: «Правила работы в группе», «Этапы конфликта»; доска или флипчарт, фломастер; м/ф «День и ночь»<sup>2</sup>.

### **1. Актуализация правил и цели занятий.**

Ведущий напоминает краткое содержание предыдущего занятия и напоминает правила работы группы.

*На экране - правила. Важно, чтобы это были правила принятые именно вашей группой.*

### **2. Упражнение «Настроение как погода».**

**Цель:** разминка, создание эмоционально комфортной атмосферы. Подготовка к работе.

Каждый из участников по кругу говорит о своем состоянии и настроении в терминах прогноза погоды: «У меня сегодня шторм!...».

### **3. Упражнение «Кто хоть раз...».**

**Цель:** Знакомство, создание эмоционально комфортной атмосферы.

Ведущий начинает первым, продолжая предложение: «Кто хоть раз в жизни (ходил в поход, прыгал с парашютом и т.д.). Члены группы, у которых есть такой опыт в жизни, выходят в центр круга ижимают друг другу руки, остальные участники им аплодируют. Затем водящим становится каждый участник по кругу.

### **4. Открытый показ. Просмотр мультфильма Тедди Ньютона «День и ночь».**

После просмотра мультфильма с участниками проводится обсуждение по вопросам.

- 1) Понравился ли вам мультфильм? О чем он?
- 2) Какие мысли и чувства вызывает?
- 3) Был ли в этом мультфильме конфликт и как он закончился?
- 4) Сравните персонажей в начале мультфильма и в конце. Как они изменились?
- 5) Если вспомнить мультфильм «Конфликт», как там изменились персонажи к концу фильма?
- 6) Почему такой разный исход конфликта? Проанализируйте поведение персонажей.

---

<sup>2</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=N69mpOOJNM>

## 5. Упражнение « Ужасно - прекрасно».

Участникам предлагается высказываться по очереди, начиная со слов « Конфликт ужасен, потому, что...». Следующий завершает предложение «конфликт иногда необходим потому, что...» и т.д. Происходит своеобразная «шнуровка».

## 6. Информационный блок. Сократический диалог.

**Текст ведущего:** «Специалисты по конфликтам различают определенные этапы развития конфликта. Может кто-то готов их выделить, после просмотра двух мультфильмов или жизненного опыта». Ведущий записывает предложенные этапы, после озвучивания и перефразирования, ведущий озвучивает этапы развития конфликта, демонстрируя материалы мультфильмами.

**Этапы конфликта (презентация):**

- 1) Разногласия, противоречия, столкновения интересов.
- 2) Конфронтация между участниками конфликта (открытые эмоциональные столкновения (инциденты).
- 3) Эскалация (усиление конфликта, применение силы).
- 4) Иррадиация (разрастание в социальной среде, вовлечение других участников, союзников).
- 5) Поляризация системы отношений в коллективе.
- 6) Кризис отношений между участниками конфликта. Завершение конфликта (разрешение или затухание при наличии неудовлетворенных сторон результатами завершения).
- 7) Постконфликт (при наличии неудовлетворенных сторон «тление конфликта» и его переход на новый более высокий уровень).

*Каждый термин подробно обсуждается, объясняются значения новых слов.*

**7. Текст ведущего:** «Отличие мультфильмов «День и ночь» и «Конфликт» в том, что показаны фазы, характерные для конфликта в коллективе (иррадиация и поляризация). Один из последних этапов развития конфликта – кризис. Эти два мультфильма показывают возможные выходы из кризиса. Что помогло героям мультфильма «День и Ночь» прийти к позитивному разрешению конфликта, и что привело к печальному финалу в мультфильме «Конфликт»? (Выслушивание ответов участников). Чтобы кризис, который неизбежен в конфликте, приводил к позитивному разрешению, новому витку в отношениях конфликтующих, конфликт должен быть грамотно управляемый либо самими участниками, либо специальными службами. Люди, которые этим занимаются, как раз и есть медиаторы».

## 8. Мозговой штурм «Навыки, необходимые для помощи в решении конфликтов».

**Цель:** Активизация участников для работы по теме. Ведущий задает вопрос группе: «Какие необходимы навыки медиатору?». Все предложенные ответы записываются на доске и группируются по темам.

**Шпаргалка тренера:** «Навыки и качества, необходимые медиатору»:

- 1) Эмоционально устойчивый и умеющий справляться с сильными чувствами;
- 2) Умеющий сохранять нейтральность ко всем участникам конфликта;
- 3) Эмоционально развитый и эмпатичный (понимание собственных чувств и умеющий сочувствовать другому);
- 4) Понимает и принимает «инакость» других, наличие интереса к другой личности;
- 5) Хороший слушатель (старается понять то, что говорит собеседник, а не находится в собственных мыслях и аргументах);
- 6) Умение аргументировано и уважительно высказывать свое мнение;
- 7) Устойчивая самооценка и умение защищать собственные личностные границы.

## 9. Упражнение «Подарок».

**Цель:** Получение участниками позитивной обратной связи от группы.

По очереди каждый участник пантомимой изображает приятный подарок, который дарит соседу слева по кругу, затем круг делается в обратную сторону.

## 10. Подведение итогов занятия. Участники по кругу высказываются о своих впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

## Занятие 3. Тема «Знакомство с культурой взаимопонимания, основанной на восстановительных практиках».

**Цель занятия:** Знакомство с культурой взаимопонимания, профилактика и снижение через восстановительные практики негативных последствий конфликтов.

**Оборудование и материалы:** длинная веревка, приз – количество конфет по количеству детей в группе, презентация «Качества медиатора», «Этапы конфликта», «правила восстановительной практики»; фильм Джона Иста «Школа Саммерхил. Воспитание свободой»<sup>3</sup>, эпизоды из фильма.

**1. Актуализация правил и цели занятий.** Ведущий напоминает краткое содержание предыдущего занятия и напоминает правила работы группы.

### 2. Упражнение «Я сегодня вот такой...»

**Цель:** создание эмоционально комфортной атмосферы. Напоминание имен участников группы. Подготовка к работе.

Каждый участник говорит по кругу фразу: «Я сегодня вот такой...». Затем пантомимой изображает свое состояние и настроение. Другие участники повторяют то, что он изобразил. Далее о себе говорит следующий участник по кругу.

### 3. Упражнение «Садовник».

**Цель:** напоминание имен участников группы. Подготовка к работе.

**Слова ведущего.** Раньше была такая «дворовая» игра, где все участники меняли свои имена на названия цветов. Но мы менять не будем, а используем эту игру, чтобы вспомнить все наши имена. Итак, первый участник говорит: «Я

<sup>3</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=dLZFKyyh-0Q>

садовником родился, не на шутку рассердился, все цветы мне надоели, кроме (назвать имя любого участника) Маши». Маша должна откликнуться: «Ой!». А первый участник продолжает: «Что с тобой?». Маша отвечает: «Рада видеть Сашу» (выбранный Машей участник). Далее откликается Саша: «Ой!», а Маша спрашивает: «Что с тобой?» и т.д.»

*Задача ведущего, чтобы никто не остался без внимания и были названы имена всех участников.*

#### **4. Повторение изученного материала.**

Все участники делятся на 3-4 команды в зависимости от величины группы. Каждая команда получает отдельные карточки с названиями этапов конфликта. Командам необходимо сложить правильную последовательность этапов конфликта и объяснить все новые термины. По итогам упражнения определяется победитель.

#### **5. Упражнение игра-провокация «Скалы и альпинисты».**

*Цель:* демонстрация зарождения конфликта. Закрепление изученного материала.

*Заранее до занятия с одним из участников ведущий договаривается об особой роли в предстоящей игре - «сорвавшийся альпинист». Эта роль дается активному участнику группы, достаточно уверенному в себе, его задача «сорваться со скал» и сделать это естественно.*

Участники рассчитываются на первый и второй и делятся на две команды. Половина группы изображает скалы, тесно взяв друг друга под руки. Другая половина должна «пройти по уступам скалы», выложенным веревкой около ног команды – «Скалы». За границей веревки - обозначается пропасть. (*Расстояние между скалами и веревкой должно быть очень небольшим: только – только поставить одну ногу.*) Команда альпинистов по очереди должна пройти скалы от одного края до другого, не наступив на линию пропасти. В процессе выполнения упражнения важно держаться крепко за скалы, помогать друг другу, нельзя заступать за линию пропасти (заступивший участник считается упавшим).

*Перед выполнением упражнения участникам демонстрируется приз, который получит победившая команда, в которой не сорвется ни один участник.*

*Победившей команде приз выдается сразу, а второй команде – после занятия.*

**Вопросы для обсуждения результатов выполнения упражнения:**

- 1) Ваши мысли и чувства по поводу результата игры?
- 2) Кто виноват в таком результате?
- 3) Какие чувства у вас вызывает «сорвавшийся» участник?
- 4) Как дальше будут развиваться наши отношения с людьми, которые привели нас к этому результату?
- 5) Что можно сделать в коллективе для нормализации отношений после подобных ситуаций?

Если участники затруднятся с вариантами выхода из конфликтогенной ситуации, то им предлагается посмотреть отрывок фильма. Если вариантов решения предложено много, то отрывок предлагается посмотреть для закрепления и демонстрации.

**6. Открытый показ. Просмотр отрывков из фильма «Школа Саммерхилл. Воспитание свободой»** (в отрывке показана работа детского самоуправления при решении школьной конфликтной ситуации).

Отрывки показывать в последовательности:

А. начало фильма;

Б. эпизод воровства денег с разбором ситуации в школе (18.40 мин. до 23.50 мин.);

В. обсуждение просмотренного эпизода с участниками группы

Г. эпизод драки с разбором ситуации в школе (с 25.20 до 26.00 мин. и с 30.20 мин. до 33.60 мин.);

Д. эпизод пожара с разбором ситуации в школе (с 50.40 до 54.50 мин. и с 1ч 00.11 мин. до 1ч 04.20 мин).

*Перед показом отрывков дать информацию о сюжете фильма.*

А. Начать просмотр фильма с его начала до момента, когда на экране появится название фильма Саммерхилл. Во время просмотра части А) желательно делать паузы и давать комментарии о героях, чтобы участники группы лучше запомнили персонажей и их историю.

Б. Эпизод воровства денег с разбором ситуации в школе воспроизводится без пауз (18.40 мин. до 23.50 мин.).

В. Обсуждение просмотренного эпизода с участниками группы:

1) Что увидели? На что обратили внимание?

2) Какие мысли и чувства вызывает?

3) Как бы вы сами обошлись с вором в классе?

4) Как вы думаете, в фильме показана культура взаимопонимания или наказания? Приведите ваши аргументы.

5) Какая эмоциональная атмосфера была на совете?

*Эпизоды драки и пожара демонстрируются подряд без промежуточных обсуждений с группой участников.*

Г 1) Сцена драки из фильма с 25.20 до 26.00 мин.;

Г 2) эпизод обсуждения драки в школе – с 30.20 мин. до 33.60 мин.;  
отдельный отрывок.

Д 1) Сцена пожара из фильма с 50.40 до 54.50 мин.;

Д 2) эпизод обсуждения пожара – с 1ч 00.11 мин. до 1ч 04.20 мин.

**7. Подведение итогов просмотра. Цель и задачи восстановительной практики.**

По окончании просмотра ведущий с использованием презентации подводит итоги со следующими комментариями.

1) Для восстановительной практики, характерно первое правило - изменение установок при реагировании на конфликты с административно-карательных на восстановительные и улучшение психологической атмосферы в группе (сообществе).

2) *Применялась ли сила, угрозы, манипуляции при решении данного конфликта?*



Второе правило восстановительной практики - разрешение конфликтных ситуаций между людьми без применения манипуляций или силы.

3) *К чему пришел показанный совет? Они виновника наказали или оставили безнаказанным?*

Наказание не обязательно воспитывает ответственность, часто вызывает острые чувства обиды и жалости к себе, которые закрывают чувства вины и сострадания к пострадавшему. Поэтому третье правило восстановительной практики - ответственность обидчика понимается как самостоятельное исправление всех негативных последствий своего поступка и заглаживание причиненного пострадавшему эмоционального и/или материального вреда.

4) *Чем обычно после наказания заканчиваются отношения между обидчиком и пострадавшим?*

Редко отношения после наказания восстанавливаются. Часто участники конфликта могут стать изгоями. Поэтому четвертое правило восстановительной практики - восстановление взаимопонимания и отношений между сторонами конфликта.

Цель восстановительной практики – улучшение психологической атмосферы в группе.

#### **8. Упражнение «Ты сегодня молодец, потому, что...».**

*Цель:* Получение участниками позитивной обратной связи от группы.

Участникам группы предлагается обратиться к соседу слева и продолжить фразу «Ты сегодня молодец, потому, что...» (в чем именно молодец был сегодня этот участник на тренинге).

#### **9. Подведение итогов занятия.** Участники по кругу высказываются о своих впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

### **Занятие 4. Тема «Профилактика насилия в отношениях. Развитие эмоциональной устойчивости и умения справляться с сильными чувствами, затрудняющими процесс примирения».**

*Цель занятия:* Формирование негативного отношения к насилию, повышению социальной чувствительности к недопустимости насильственных действий. Развитие эмоциональной устойчивости и умения справляться с сильными чувствами.

*Оборудование и материалы:* медиасистема; флипчарт, бумага, фломастеры, листы А4; повязки на глаза (по одному на каждую тройку детей); презентации: «Качества медиатора», «Правила восстановительной практики», «Виды насилия», «Маяки»; аудио Л.В. Бетховен «Лунная соната»; два эпизода (нарезка) из фильма Валерии Гай Германики «Все умрут, а я останусь»<sup>4</sup>, раздаточный материал для обучающихся (кейс упражнений) по самопомощи при стрессовых состояниях, презентация «Виды насилия».

#### **1. Актуализация правил и цели занятий.** Ведущий напоминает краткое содержание предыдущего занятия и напоминает правила работы группы.

<sup>4</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=dUAPzWoGoTA>

## 2. Упражнение «Представляешь...».

**Цель:** разминка, создание эмоционально комфортной атмосферы. Подготовка к работе.

Каждому участнику по кругу предлагается рассказать о чем-то интересном, веселом, важном, обращаясь к соседу справа. Обращение начинается со слов: «Представляешь...» (*Например: «У меня сегодня отличная оценка по контрольной...»*). Следующий участник, обращаясь к соседу справа, повторяет то, что ему сказал предыдущий участник (*начиная словами: «Представляешь, у кого-то слева..., а у меня ...»*), и добавляет свое.

## 3. Упражнение «Давайте вспомним».

**Цель:** актуализация знаний, полученных на предыдущих занятиях.

Группа делится на 3 подгруппы, каждой из которой предлагается выполнить задание:

- 1) вспомнить навыки и качества, необходимые медиатору;
- 2) вспомнить правила восстановительной медиации.

## 4. Упражнение «Листочек».

**Цель:** Введение в тему, создание условий для осознания разрушительных последствий насилия.

Ведущий берёт белый лист бумаги А4 и предлагает каждому по кругу отругать его или назвать обидным словом, загибая у него уголок. После того, как все участники загнут уголки, ведущий опять по кругу предлагает сказать листочку что-то хорошее (как-то его похвалить или словесно порадовать) и отогнуть уголок.

*Обсуждение проводится по следующим вопросам:*

1. Какие чувства вы испытывали, когда загибали уголки листочка и говорили ему что-то обидное?
2. Что вы чувствовали, когда отгибали уголки листочка и радовали его?
3. На что похожа наша метафора в жизни, какие ситуации напоминает?

**Важно:** *при обсуждении подвести группу к выводу, что даже «заглаженные иррамы души» остаются, нужно очень бережно и сознательно относиться друг к другу.*

Затем участникам демонстрируются 2 листа: один – совершенно новый, второй – разглаженный из первой части упражнения.

Вопрос для группы: «Какой лист лучше? (напоминая детям, что лист – это образ личности, души человека)».

**Комментарии ведущего:** «Чистый лист – это полное отсутствие жизненного опыта. Таким образом, переживания, если они не затронули самую нашу «сердцевину», то «ограняют» нас, делают мудрыми и стойкими. Это упражнение вводит нас в сегодняшнюю тему занятия – тему насилия. Очень часто конфликт соседствует с насилием. Насилие может быть пиком конфликта (на фазе кризиса)».

## 4. Упражнение «Ведущий, ведомый...».

**Цель:** Осознание своей позиции по отношению к распределению власти и ответственности в паре по общению, развитие навыков асертивного поведения.

Группа делится на тройки. В каждой тройке один становится «ведущим», другой – «ведомым», третий – наблюдателем. «Ведущий» берет «ведомого», у которого закрыты или завязаны глаза. «Ведущий», беря ведомого, за 2,5 минуты должен дать своему партнеру пережить как можно больше самых разнообразных ощущений, как-то: опознать предметы на ощупь, побыть немного в одиночестве, пробежать по ровной площадке, услышать различные звуки. Они не должны разговаривать и устраивать «бег с препятствиями». По истечению 2,5 мин - смена ролей.

Задача наблюдателя – внимательно следить за «своей» парой, отмечая, сколько удалось дать «ведомому» получить ощущений, опознать предметов; какие чувства при этом мог испытывать каждый участник пары.

Вопросы для обсуждения:

*Вопрос к наблюдателям.*

Сколько ощущений «дал» ведомому каждый ведущий?

*Вопросы к участникам пары.*

1) Какая роль далась вам проще?

2) Какие чувства вы испытали в разных ролях?

3) Что помогало, что мешало выполнять поставленную задачу?

4) Как вы считаете, гнев и страх, естественные для человека чувства?

Испытывали ли вы эти чувства?

**Важно отразить мысль:** даже с благими намерениями можно вести себя как насильник. Находясь в роли ведомого можно приблизительно ощутить чувства жертвы - это не только беспомощность и страх, но и гнев по отношению к ведущему (насильнику). Гнев иногда бывает праведным, а ответственность может вызывать тревогу.

## **5. Показ презентации «Виды насилия».**

## **6. Открытый показ – просмотр двух эпизодов из фильма «Все умрут, а я останусь...» (в эпизодах показано проявление психологического и физического насилия в подростковой среде).**

**Текст ведущего:** «Сейчас нам хотелось бы показать вам два эпизода из фильма «Все умрут, а я останусь». Посмотрите внимательно эти эпизоды и постарайтесь понять, есть ли в них насилие? Попытайтесь определить виды насилия, демонстрируемого в эпизодах».

Просмотр первого эпизода с 23.28 мин. до 26.00 мин.

*После просмотра первого эпизода проводится обсуждение.*

1) Какие мысли и чувства у вас вызывают просмотренный эпизод?

2) Как вы думаете, какие виды насилия показаны здесь? Какие виды насилия существуют? (ответы участников записываются на флипчарте)

*Второй эпизод с 1ч.09.30 мин до 1ч. 11.00 мин. более тяжелый для просмотра, поэтому решение о его просмотре зависит от ведущего, возраста участников группы, состава группы и мнения группы о возможности просмотра данного эпизода.*

*Обсуждение второго эпизода.*

- 1) Какие мысли и чувства у вас вызывают просмотренный эпизод?
- 2) Как вы думаете, какие виды насилия показаны здесь?
- 3) Сталкивались ли вы в вашей жизни с подобными ситуациями?
- 4) Как вы считаете, возможно ли применение восстановительной практики на таком уровне?

**Текст ведущего:** «Конечно же, применение восстановительных практик имеют свои ограничения. Медиация применима не ко всем видам конфликтов и не всегда уместна. Медиация не может быть применена в криминальных конфликтах. Кроме того, медиация эффективна только тогда, когда обе стороны хотят урегулировать конфликт».

## **7. Кейс упражнений «Медиатор».**

**Цель:** развитие навыков сохранять эмоциональную устойчивость, умение справляться с сильными чувствами и сохранять нейтральность ко всем участникам конфликтной ситуации.

**Текст ведущего:** «Конфликты, насилие вызывают всегда очень много чувств. Под действием таких чувств наше мышление работает не так эффективно, поэтому для медиатора очень важно сохранять спокойствие и нейтральность в ситуации конфликта, не впадая ни в гнев, ни в обиду (страх), не попадая в позицию ни «обидчика», ни «жертвы». Так, как именно такие «жертвы» и «обидчики» чаще всего склонны к насилию над другими. Поэтому первое качество медиатора в нашем списке: эмоционально устойчивый и умеющий справляться с сильными чувствами, умеющий сохранять нейтральность ко всем участникам конфликта. Для того, что бы научиться всему этому мы предлагаем вам упражнения для развития этих качеств. Давайте потренируемся».

### **Упражнение на дыхание. Вдыхать и выдыхать носом.**

Дыхание глубокое, плавное грудное и брюшное на десятичный счёт: «4» — «2» — «4».

Считать про себя, придерживаясь темпа движения секундной стрелки часов:

«4» — на счёт 1, 2, 3, 4 — глубокий и плавный вдох,

«2» — на счёт 5, 6 — задержать дыхание,

«4» — на счёт 7, 8, 9, 10 — глубокий и плавный выдох.

*Сделать 8-12 очень глубоких и плавных вдоха и выдоха или дышать 2-3 минуты 3-5 раз в день.*

### **Упражнение «Свет маяка».**

Упражнение выполняется с погружением под музыку Л.В. Бетховена «Лунная соната». На экране фото маяков.

**Цель:** стабилизация эмоционального состояния, тренировка навыков самоуправления.

Участникам предлагается пофантазировать и представить себя маяком.

**Текст ведущего:**

Представьте маленький скалистый остров вдали от земли...

На вершине острова – высокий, крепко поставленный маяк...

Свирепствует шторм, воеет ветер, хлещет дождь, ночь темна. Но маяк стоит, излучая свет и силу. Никакая буря не сокрушит его...

Днем и ночью, в хорошую и плохую погоду он посылает мощный пучок света, служащий ориентиром для кораблей...

Его сияющий луч служит им проводником в ночи....

Вообразите себя этим маяком... стены которого такие крепкие и прочные, что даже сильные ветры, постоянно дующие на острове, не могут покачать ВАС ...

... и никакие волны, бьющие в основание маяка, не могут нарушить вашу устойчивость...

Из окон, находящихся на самой верхушке маяка, Вы посылаете мощный пучок света, который пробивается сквозь тьму и освещает дорогу...

Постарайтесь ощутить внутренний источник света в себе,... света, который никогда не гаснет, который дает вам силы и уверенность, спокойствие и устойчивость...

## 8. Упражнение «Огонек доверия».

**Цель:** получение позитивной обратной связи от членов группы.

Каждый участник по кругу передает своему соседу со словами: «Я тебе доверяю» виртуальный маленький «огонек доверия» (или свечу), стараясь, чтобы он не «потух» на ветру или по неосторожности.

## 9. Подведение итогов занятия. Участники по кругу высказываются о своих чувствах, впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

### Занятие 5. Продолжение темы «Профилактика насилия в отношениях.

#### Развитие эмоциональной устойчивости и умения справляться с сильными чувствами, затрудняющими процесс примирения».

**Цель занятия:** Формирование негативного отношения к насилию, повышению социальной чувствительности к недопустимости насильственных действий. Развитие эмоциональной устойчивости и умения справляться с сильными чувствами.

**Оборудование и материалы:** раздатка для проведения самооценки, Э.Грик «Утро в лесу», м/ф Романа Качанова «Обида»<sup>5</sup>.

1. **Актуализация правил и цели занятий.** Ведущий напоминает краткое содержание предыдущего занятия и напоминает правила работы группы.

### 2. Упражнение «Механическое пианино».

**Цель:** Разминка, создание эмоционально комфортной атмосферы, уменьшение эмоциональной дистанции, групповая проработка.

Участникам предлагается сесть в круг, положив руки на плечи друг другу (почувствовать плечо товарища по приключению), затем группа начинает хлопать руками по порядку расположения ладоней на плечах, ритм может усложняться.

### 3. Упражнение «Красный карандаш».

<sup>5</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=SUUnK6bixRQI>

**Цель:** Введение в тему.

Группе предлагается зафиксировать чувства, возникающие при выполнении упражнения. Каждому участнику необходимо вспомнить неприятное событие (оно не должно быть очень серьезным), которое произошло недавно. Затем, каждый участник по очереди (по кругу) сообщает об этом событии в своей жизни. Упражнение выполняется по-кругу два раза. В 1-ом круге сосед справа должен дать обратную связь, продолжив фразу: «Ничего удивительного...*(найди ошибку, неправомерная критика)*. Во втором круге - фразу: «Ты все равно молодец, потому, что...» *(поддержка)*.

**Обсуждение результатов выполнения упражнения.** Члены группы делятся своими чувствами. Особое внимание уделяется чувству обиды.

**Резюме ведущего:** «Это упражнение моделирует разные виды общения: как поддерживающее, так и с позиции критики, которая часто вызывает обиду. Обида – провокатор, продлевающий конфликт. Человек, который отдается обиде, может всю жизнь конфликтовать».

#### 4. Открытый показ. Просмотр и обсуждение м/ф «Обида».

Мультфильм просматривается два раза. После первого просмотра мультфильма с участниками проводят обсуждение по вопросам:

- *Понравился ли мультфильм?*
- *Какие чувства возникли во время просмотра?*
- *Какие мысли?*
- *Обсуждение символов и знаков:*
  - *ложится спать с обидой;*
  - *кормит, плетет косы;*
  - *зачеркнутые фотографии родных и друзей (разрыв эмоциональных связей, который ведет к одиночеству);*
  - *символы одиночества – рыбка, муха, кресло-качалка.*
- *Есть ли еще что-то непонятное?*
- *В какой точке можно было бы еще изменить сценарий, чтобы получить хороший конец?*
- *Это только женская история? Или только про толстых?*

После повторного просмотра участников просят ответить на вопросы:

– *Как изменились чувства? Как сейчас вам фильм?*

**Резюме ведущего:**

А) Обида – как незрелое детское чувство, которое регрессирует личность, разрушает отношения, приводит к одиночеству. Лингвистический аспект слова «обижаетСЯ», т.е. человек это делает сам.

Б) «Если представить, что конфликт – страна, то обижающиеся ее постоянные жители. От обиды лучше всего «лечат» самопринятие и самоподдержка. Больше склонен обижаться человек, **самооценка** которого неустойчива.

#### 5. Диагностика самооценки.

Участникам предлагается замерить самооценку, уведомив, что результаты останутся только у них.

### Диагностика самооценки

*Инструкция: Обозначь крестиком место на шкале, где, по-твоему, находишься ты (сердину линии занимать нельзя)*

Самый слабый	_____!	_____	Самый сильный
Самый глупый	_____!	_____	Самый умный
Самый некрасивый	_____!	_____	Самый красивый
Самый несчастный	_____!	_____	Самый счастливый
Самый злой	_____!	_____	Самый добрый
Самый невезучий	_____!	_____	Самый везучий
Самый больной	_____!	_____	Самый здоровый
Самый нелюбимый	_____!	_____	Самый любимый
Самый неблагополучный	_____!	_____	Самый благополучный
Всегда виноват	_____!	_____	Никогда не виноват

---

*Анализ упражнения ведущий проводит в соответствии с общей интерпретацию результатов диагностики по методике Дембо-Рубинштейн.*

#### **6. Упражнение «Декларация самооценности» Вирджинии Сатир (адаптация для подростков).**

**Цель:** обучение навыку самоподдержки и самопринятия при наличии обиды и/или неверия в себя. Упражнение выполняется с погружением, под музыкальное сопровождение (Э.Григ «Утро в лесу»).

«... **Я это я. Во всем мире нет никого в точности такого же, как я.** Есть люди чем-то похожие на меня, но нет никого в точности такого же, как я.

**Мне принадлежит все, что есть во мне: моё тело; моё сознание,** включая все мои мысли и планы; **мои чувства,** какими бы они не были; **моё поведение,** обращенное или ко мне самому, или к другим людям. Мне принадлежат **все мои фантазии, мои мечты, мои страхи и все мои надежды.**

**Мне принадлежат все** мои поражения и ошибки, **все** мои успехи и победы.

Я знаю, что **кое-что во мне не устраивает меня.** Но я могу **спокойно и терпеливо открывать** в себе причины того, что меня не устраивает.

Когда я вглядываюсь в то, *что* когда-то происходило со мной; *что* я когда-то чувствовал, думал, видел, делал и говорил; **ТО** могу осознавать то, что меня не вполне устраивает. **И поэтому** сегодня я могу оставить в прошлом то, что кажется мне лишним и ненужным, а взять с собой только то, что для меня важно и необходимо.

**Во мне есть всё, чтобы я мог дружить и общаться с другими людьми.**

**Я принадлежу себе, и поэтому я могу изменять себя, когда сочту это необходимым.**

**Главное: Я - это я. И Я – это замечательно! ...»**

## 7. Упражнение «Ладонка».

**Цель:** Получение участниками позитивной обратной связи от группы.

Каждый участник рисует на листке бумаги ладонку (можно обвести свою ладонь), подписывает лист и пускает по кругу. Участники пишут на листе (ладони) неформальные пожелания хозяину листка.

## 8. Подведение итогов занятия. Участники по кругу высказываются о своих впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

### **Занятие 6. Тема «Профилактика буллинга (групповой травли), межэтнической розни и ксенофобии».**

**Цель занятия:** формирование негативного отношения к буллингу, межэтнической розни и ксенофобии, повышению социальной чувствительности к недопустимости подобных явлений.

**Оборудование и материалы:** флипчарт или доска, презентация «Травля»; фильм Павла Арсенова «И тогда я сказал нет»<sup>6</sup> (сначала до 06.00 мин.)

**1. Актуализация правил и цели занятий.** Ведущий напоминает краткое содержание предыдущего занятия и напоминает правила работы группы.

### **2. Упражнение «А, я - еду, а я – рядом...».**

**Цель:** Разминка, создание эмоционально комфортной атмосферы. Подготовка к работе.

Участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников по часовой стрелке садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник, по цепочке, передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним, садится на освободившийся стул и говорит «А я зайцем». Следующий, пересаживается и говорит: «А я с ...» (имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом. Таким образом, круг разрывается, и вся цепочка начинается заново. С каждым разом участники пересаживаются по часовой стрелке все быстрее и быстрее.

*По завершении упражнения группа остается на занятых местах, не пересаживаясь на привычные.*

### **3. Упражнение «Личный опыт».**

**Цель:** Введение в тему.

**Текст ведущего:** «Каждый из нас переживал конфликтные ситуации: переезд в новую школу, лагерь, когда возникало отвержение, чувство «инакости», «непринятости», когда ты не можешь завоевать привычное место в коллективе. И ты ощущал, что все против тебя. Сейчас я предлагаю вспомнить этот эпизод своей жизни, сколько вам было лет, где это было... И постараться вспомнить чувства, которые тогда вы это переживали». (Пауза).

*Желающим ведущий предлагает поделиться этими воспоминаниями и чувствами, которые тогда испытывали. Для начала процесса ведущий может поделиться собственными воспоминаниями.*

<sup>6</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=kTqgcKDh9M8>



**Резюме ведущего:** «Это явление называется буллингом, от английского слова толпа. А человек, попавший в ситуацию буллинга, переживает изгойство, со всеми теми чувствами, о которых вы рассказывали».

**Далее** участникам предлагается по кругу назвать свои ассоциации возникающими на слова «травля», «моббинг», «буллинг».

#### **4. Открытый показ. Просмотр отрывка из фильма «И тогда я сказал - нет».**

*Перед началом просмотра необходимо кратко сказать в какое время происходят события в фильме и о том, что фильм снят давно и отличается от современных фильмов.*

После просмотра отрывка сначала до 06.00 минуты с участниками проводят обсуждение по вопросам:

- Фильм, конечно, старый, но значит ли это, что таких ситуаций сейчас не бывает?
- Видели ли вы что-то похожее?
- На какой почве это может быть сейчас?
- Чем то, что происходит в этом эпизоде, отличается от тех форм насилия, которые мы видели ранее в других отрывках?

Далее демонстрируется презентация, на слайдах которой дано определение понятия «травля», перечислены признаки травли и её проявления.

**Для ведущего: информация презентации «Травля».**

*Травля – это когда один или несколько человек регулярно на протяжении длительного времени подвергается негативным действиям со стороны одного или нескольких человек.*

*Существенные признаки травли:*

- *неравенство сил,*
- *систематичность (повторяемость);*
- *неадекватно высокая чувствительность жертвы.*

*Проявление травли:*

- *Физические воздействия – пинки, тычки, удары и т.д.;*
- *Издёвки – слова, которые ранят;*
- *Изоляция – вытеснение из группы, обречение на одиночество, бойкот.*

#### **5. Мозговой штурм.**

Участникам предлагается назвать возможные причины травли, которые ведущий записывает на доске, группируя по смыслу.

**Резюме ведущего:** «В основе травли лежит неприятие инакости другого человека. Очень важно, что бы вы поняли, что никакому насилию – нет оправданий. Ни одна из перечисленных причин не может стать оправданием для насилия. В том обществе, где не приветствуется насилие, большую ценность имеет такое понятие, как *толерантность*. Кто знает, что это значит?».

**Далее** участникам предлагается по кругу назвать свои ассоциации возникающими на слово «толерантность» и дать определение понятие «толерантность»:

1) толерантность - это активное социальное поведение, к которому человек приходит добровольно и сознательно, которое предполагает:

признание прав другого человека на свое, отличающееся от твоего мнения, на свою культуру, привычки, внешний вид и т.д, т.е. принятие его таким, какой он есть.

2) толерантность - отсутствие или *ослабление реагирования* на какой либо неблагоприятный фактор в результате снижения чувствительности к его воздействию).

#### **6. Упражнение «Мы с тобой похожи..., мы с тобой отличаемся...».**

**Цель:** закрепление понятия толерантности через эмоциональный опыт участников.

Участники делятся на две группы и образуют два круга – внутренний и внешний, и работают в парах (первый человек из внутреннего, а второй из внешнего круга). Далее работают в карусели: внешний круг после работы в паре двигается по команде ведущего на один шаг по часовой стрелке.

Участники в парах должны найти между собой общее и отличие. Первый участник (из внутреннего круга) находит общее и когда они приходят к согласию, оба говорят: «Мы с тобой похожи и это здорово!». Далее, второй участник в паре находит отличие и после этого оба проговаривают: «Мы с тобой такие разные и это здорово!».

Затем участники из внешнего круга делает шаг вправо и упражнение продолжается в новых парах до тех пор, пока участники из внешнего круга не вернуться на свои места.

#### **7. Упражнение «Мечтаю, чтобы...».**

**Цель:** Получение участниками позитивной обратной связи от группы.

Каждый участник по кругу озвучивает то, о чем он мечтает. После этого группа говорит шепотом хором: «Пусть сбудется!».

#### **8. Подведение итогов занятия.** Участники по кругу высказываются о своих впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

**Занятие 7. Тема:** «Психологические основы переговорного процесса. Основы медиации. Подведение итогов работы творческого объединения».

**Цель занятия:** изучение психологических основ переговорного процесса, его феноменов и закономерностей.

**Оборудование и материалы:** флипчарт или доска, презентация «Этапы и принципы работы медиатора»; м/фильм (режиссер - Тинг Чиан Тей) «Мост»<sup>7</sup>.

#### **1. Актуализация правил, цели занятий и информации, полученной на последнем занятии.**

Ведущий напоминает правила работы группы. Напоминает краткое содержание предыдущего занятия, просит участников вспомнить всевозможные причины

---

<sup>7</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=BJnLeZzSVZM>

травли (презентация) и среди них найти самую «весомую причину» для моббинга и совместно с участниками сделать вывод о том, что *нет причин, оправдывающих травлю и никакому насилию – нет оправданий.*

## **2. Упражнение «Пересаживание».**

**Цель:** Разминка, создание эмоционально комфортной атмосферы.

Ведущий предлагает поменяться местами участникам, которые:

- Кто устал сегодня в школе;
- Кто на этой неделе пойдет в интересное место или интересное мероприятие;
- Кто проведет выходной с родителями;
- У кого есть верный друг;
- Кому нравятся наши занятия.

## **3. Упражнение «Путаница».**

**Цель:** Введение в тему, психологическая разминка. Перед началом упражнения один из участников удаляется из комнаты, чтобы потом распутать «запутавшихся» (прообраз медиатора).

Участники встают в круг, закрывают глаза и берутся за руки с другими участниками случайным образом. Затем «медиатору» необходимо «распутать» путаницу не расцепляя их рук.

## **4. Теоретический блок.**

**Текст ведущего.**

За время наших занятий мы с вами разобрали понятие конфликта и его этапов; принципы восстановительной практики; качества, необходимые медиатору. Сегодня мы рассмотрим центральную часть процесса медиации – это переговорный процесс.

В школьных службах примирения будут участвовать и учащиеся, и педагоги и, возможно, родители. Конфликты бывают между взрослыми участниками образовательного процесса, но вы, скорее всего, будете привлекаться к решению конфликтов между учащимися.

Успех вашей работы медиатора будет зависеть от того, насколько ученики сами захотят договариваться, и насколько им важно будет закончить конфликт. Для этого существуют следующие стратегии (презентация):

- 1) Физическое разделение участников спора, особенно если ссора может перерасти в драку.
- 2) Проведение отдельных бесед с каждой из противостоящих сторон, выслушивание их точек зрения, обсуждение возможных тактик поведения.
- 3) Организация общей встречи, на которой участники конфликта по очереди рассказывают о том, что произошло и обсуждаются возможные варианты выхода из конфликта.

**Таким образом, основная задача медиатора – переводение конфликта в коммуникативную ситуацию.**

Мы с вами разобрали ход работы, но важно, не только что, но и как мы будем это делать. На первом этапе – если возбуждение столь сильно, что участник никак не могут успокоиться и разойтись в разные стороны, то можно

использовать технику переключения внимания. Например, дать конфликтующим сторонам какие-то задания в разных помещениях. И только после их выполнения перейти ко второму этапу.

На этом этапе необходимо дать возможность выговориться участникам конфликта, чтобы снизить их уровень возбуждения. Слушать внимательно другого человека, друг друга, вы учитесь здесь на каждом занятии. Важно еще не заразиться общим возбуждением, уметь сохранять спокойствие, этому мы тоже учились на наших занятиях, остаться нейтральным, не принять ни чью сторону, хотя это бывает трудно.

Но еще очень важно уметь понимать чувства друг друга.

#### **5. Упражнение «Встань на его место».**

**Цель:** развитие эмпатии, умения понимать чувства друг друга.

Группе предлагается разбиться на тройки, каждая тройка вспоминает или придумывает конфликтную ситуацию, которая возникла из-за того, что у людей были разные ожидания или взгляды на ситуацию. Каждая подгруппа описывает суть и участников конфликта, в котором есть один «обидчик» и «обижаемый». Затем подгруппы меняются листочками с описаниями, и им дается задание:

Для каждой ситуации выбирается водящий, он играет роль «обижаемого» участника. В центре круга ставится пустой стул - для «обидчика», участники по очереди садятся на этот стул и от первого лица (Я – Вася., я – мама., я – учительница...) и рассказывает о чувствах обидчика таким образом, чтобы объяснить причину своих действий. Рассмотрение конфликтной ситуации заканчивается на том участнике, который так представит свои чувства, что водящий «обижаемый» перестанет обижаться и скажет об этом группе. Хорошо, если «обидчик» сможет извиниться, важно, чтобы извинение было неформальным. Все предложенные ситуации разыгрываются по очереди.

По окончании упражнения ведущий подводит итоги.

#### **6. Открытый показ. Просмотр мультфильма «Мост».**

Вопросы для дальнейшего обсуждения после просмотра.

- 1) Как вы думаете, о чем данный мультфильм?
- 2) Какие мысли и чувства вызывает?
- 3) Какие из изученных нами тем, вопросов нашли свое отражение в мультфильме?

#### **8. Упражнение «Паутинка».**

**Цель:** Получение участниками позитивной обратной связи от группы.

Каждый участник по кругу говорит кому-то из группы комплимент, одновременно бросая клубочек, оставляя ниточку у себя в руках. После того, как последний участник получит свой комплимент, и круг участников превратится в «паутинку», последний участник группы дарит комплимент предыдущему участнику и таким образом начинает распутывать «паутинку». Упражнение продолжается до тех пор, пока «паутинка» не будет распутана полностью.

**9. Подведение итогов занятия.** Участники по кругу высказываются о своих впечатлениях о занятии, о своем настроении и выводах.

**Занятие 8. Тема** «Психологические основы переговорного процесса. Проведение общей встречи. Подведение итогов работы творческого объединения».

**Цель занятия:** изучение психологических основ проведения общей встречи в переговорном процессе медиации, его феноменов и закономерностей.

**Оборудование и материалы:** презентация «Условия, правила и этапы проведения общей встречи»; материалы для изготовления двух коллажей (два листа ватмана, клей, картинки, журналы, ножницы).

**1. Актуализация правил и цели занятий.** Ведущий напоминает краткое содержание предыдущего занятия и напоминает правила работы группы.

**2. Упражнение «Здравствуй, друг...».**

**Цель:** сплочение, поддержка, позитивная обратная связь, уменьшение эмоциональной дистанции.

Упражнение проводится по типу «карусели»: выстраивается внутренний и внешний круг. Участник в парах одновременно проговаривают и делают следующее (в начале упражнения – в первой паре - ведущий проговаривает слова вместе с участниками):

1 действие. Рукопожатие со словами: «Здравствуй, друг!».

2 действие. Левая рука кладется на плечо партнера по общению под диктовку ведущего, повторяемую хором: «Как живешь?».

3 действие. Правая рука, освобожденная от рукопожатия, кладется на плечо партнера по общению под диктовку ведущего, повторяемую хором: «Как дела?».

4 действие. Руки убираются за спину, участники наклоняются друг к другу и шепотом на ухо под диктовку ведущего, повторяемую хором: «Как ты тут?».

5 действие. Участники поднимают руки вверх и хором кричат: «Хорошо!». Затем внешний круг делает шаг направо и игра повторяется.

**3. Основная часть.**

**Теоретическая часть I.**

**Текст ведущего.**

Давайте повторим этапы медиаторской работы, предшествующей общей встрече, которые мы разобрали на прошлом занятии.

*Обсуждение происходит в форме сократического диалога.*

Чтобы она прошла эффективно, она должна проходить по этапам, подчиняться определенным условиям и правилам (презентация).

Опишем условия проведения общей встречи:

1) Помещение должно быть отдельным (непроходным) и звукоизолированным.

2) Участникам объясняются цели, задачи и правила общей встречи:

*Целью общей встречи* является нахождение взаимоприемлемого решения конфликтной ситуации.

*Задачами* - налаживание эмоционального контакта между сторонами конфликта и поиск варианта компенсации вреда пострадавшей стороне (если таковая есть).

*Правила* общей встречи напоминают наши правила общения в группе:

- Договориться о времени, которое вы посвящаете переговорам.
- Выслушивать друг друга как можно внимательней.
- Не перебивать друг друга.
- Не выражать враждебность и осуждение, даже если вы не согласны со сказанным другим.
- Относиться друг к другу с уважением.
- Стараться понять точку зрения противоположной стороны.
- Все сказанное здесь остается конфиденциальным.

Важно, чтобы участники общей встречи приняли эти правила, может быть даже расписались в общем, специально подготовленном контракте.

*Этапы общей встречи.*

*1 этап. Прояснение содержания конфликта.* В этом процессе могут участвовать два медиатора, каждый из которых на предварительных этапах вел беседу с одной из сторон конфликта.

На общей встрече по очереди предоставляется время каждой стороне время для рассказа о том, что произошло и какие эмоции он испытывает. Если мы предполагаем, что негативные эмоции еще сильны, то каждую сторону может представить медиатор. Если что-то осталось неясным, посредник должен задавать уточняющие вопросы, чтобы разобраться в деталях конфликта или эмоциях. Второй медиатор проводит такую же процедуру с другой стороной.

Затем медиаторы объявляют: «Мы хотим, чтобы вы поговорили друг с другом». Каждая из сторон должна пересказать то, что она услышала из рассказа другой стороны с указанием тех эмоций, которые они услышали.

*Практическая часть I этапа. Упражнение «Зарисовка».*

*Цель:* закрепление технологии проведения общей встречи.

Предлагаем участникам вспомнить конфликт или ссору, участником которого они были в последнее время, тех, кто готов поделиться. Выбираются два участника, которые продемонстрируют конфликтующие стороны. Участникам дается возможность подготовиться 2-3 минуты за дверью, им может помочь второй ведущий. Затем ведущий демонстрирует поведение медиатора в общей встрече на этапе прояснения содержания конфликта.

*Теоретическая часть II (продолжение),*

*Текст ведущего.*

*2 этап. Нахождение общего.* Участникам предлагается обсудить что-то общее, какой-то момент, который сближает их в этом конфликте. Если участники затрудняются, это общее должен найти и озвучить медиатор.

Затем у каждой стороны выясняется, чтобы он хотел добиться в результате конфликта.

*Практическая часть.* Участникам конфликта предлагается найти возможные решения методом мозгового штурма (слайды с правилами). Правила:

- Старайтесь найти и предложить как можно больше идей;
- Важно произносить каждую идею, которая пришла в голову;
- Не оценивайте ни одну идею как плохую или хорошую.
- Все идеи записываются.
- Идеи могут предлагать все участники общей встречи.

Группе предлагается набросать список идей для рассмотренного ранее конфликта.

### 3 этап. Нахождение решения.

Каждая предложенная идея рассматривается с точки зрения:

- Каковы положительные и отрицательные последствия каждого решения?
- Какое решение направлено на удовлетворения интересов каждого?
- Реалистичность и осуществимость решения.
- Конкретность.

Если участники не могут прийти к общему решению, можно им предложить найти еще несколько вариантов или изложить новую информацию, которую они получили по поводу конфликта и по отношению друг к другу.

### 4 этап. Заключение соглашения.

Если соглашение достигнуто, об этом объявляется вслух. Затем заполняется специально составленное и распечатанное соглашение и каждая сторона конфликта его подписывает. Медиатор поздравляет обе стороны с огромной и важной проделанной работой.

## **6. Коллаж на тему «Наша группа Медиатор».**

**Цель:** получение эмоциональной обратной связи от группы, подведение итогов эмоциональной составляющей тренинга.

Группа делится на две подгруппы для создания коллажей. Затем каждая подгруппа представляет свой творческий продукт.

## **7. Подведение итогов работы группы.** Участникам предлагается оставить письменные отзывы о программе «Медиатор», о своей работе и о своих впечатлениях от работы в группе.