

Федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Ишимбайское специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа»

**ПРАКТИКИ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИАЦИИ:
ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ
«ШАГИ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ»**



Ишимбай, 2025г.

*Сборник подготовлен ФГБПОУ «Ишимбайское специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа»
в рамках реализации практики «Шаги к восстановлению» при поддержке
Благотворительного фонда «Абсолют-Помощь»*

Материалы настоящего сборника отражают накопленный опыт внедрения медиативных и восстановительных практик в реабилитационный процесс Ишимбайского специального учебно-воспитательного учреждения закрытого типа. Предназначены для педагогов, медиаторов, психологов и сотрудников профильных ведомств, занимающихся профилактикой детской безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
РАЗДЕЛ 1	
ИНТЕГРАЦИЯ МЕДИАТИВНЫХ И ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК В ПРОЦЕСС РЕАБИЛИТАЦИИ ВОСПИТАННИЦ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	
Шагиева Г.Г	
Практики восстановительной медиации: опыт применения в Ишимбайском СУВУ	6
Заманова С.М.	8
Интеграция медиативных и восстановительных технологий в воспитательный процесс учреждения закрытого типа	
Ситникова Н.В.	12
Медиативная культура и восстановительные практики в системе образования	
Нафикова Г.А.	18
Безопасная среда для подростковой медиации: как создать доверительное пространство	
Давлетчурина И.М.	21
Мост понимания: применение медиативных и восстановительных приёмов для развития эмпатии	
Гарифуллина Э.М.	26
Применение восстановительных практик в профессиональном обучении в условиях специального учебно-воспитательного учреждения закрытого типа.	
Мичурина Г.Р.	30
Восстановительный подход как средство профессионального самоопределения воспитанниц	
Евсеева Д.А.	36
«Театр примирения»: особая форма обучения восстановительной медиации	
Ситникова Н.В.	43
Обозначение потребностей и интересов подростков: ключевой этап медиации	
Трондина М.В.	47
Приемы восстановительной медиации в работе с подростками с девиантным поведением	
Заманова С.М.	51
Создание гармоничных отношений: роль медиативных техник в работе с подростками и их семьями	
Фомина Т.В.	55
Применение семейных конференций в специальном учебно-воспитательном учреждении закрытого типа для девушек-	

подростков	
Мазитова А.М.	60
Извинительные письма как средство восстановительной практики в Ишимбайском СУВУ	
Кинзягулова Л.И.	62
«Круг»: пространство доверия и общих ценностей	
Гумерова З.Р.	64
Открытые вопросы и перефразирование в конфликтах	
РАЗДЕЛ 2	
ИСТОРИЯ НАШЕГО ЗНАКОМСТВА С МЕДИАЦИЕЙ: ЛИЧНЫЙ ОПЫТ ВОСПИТАНИЦ И ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ	
Белякова Н.	67
Искусство разрешать конфликты: мой опыт изучения медиации	
Калиенко Е.	69
От криков к пониманию: мой путь в медиации	
Хакимова Элиф	69
Я - Сообщение	
Патрина Влада	70
Активное слушание	

ВВЕДЕНИЕ

Сборник материалов посвящен практическому опыту внедрения медиативных и восстановительных подходов в систему реабилитации и воспитания подростков женского пола, проходящих адаптацию в специализированных учебно-воспитательных учреждениях закрытого типа. Авторы публикаций раскрывают особенности организации процесса реабилитации, освещают основные направления профессиональной деятельности педагогов-медиаторов и воспитателей, мастеров производственного обучения, педагогов дополнительного образования, делятся результатами собственной практической работы и наблюдениями.

Главная цель сборника — продемонстрировать успешные стратегии интеграции медиативных методов и приемов восстановления отношений в повседневную образовательную и воспитательную деятельность специализированного учебного заведения. Представлены практические методики, направленные на снижение конфликтности, формирование атмосферы доверия и психологического комфорта, создание условий для успешной социализации подростков.

Материалы содержат описания авторских методик, успешных примеров применения восстановительных практик, моделей поведения педагогов и подростков в сложных ситуациях, пошаговых инструкций для эффективной коммуникации и взаимодействия внутри детского коллектива. Особое внимание уделено формированию навыков открытого общения, способности к рефлексии, самооценке и саморегуляции поведения.

Авторы сборника убеждены, что освоенные методы медиации и восстановительных практик позволяют существенно повысить качество воспитательной работы, сформировать у подростков основы осознанного поведения, развить важные жизненные компетенции, необходимые для дальнейшего успешного функционирования в обществе.

Сборник предназначен для широкого круга читателей: педагогов, психологов, социальных работников, руководителей образовательных организаций, занимающихся вопросами профилактики правонарушений, поддерживающих подростков в кризисных жизненных ситуациях, а также специалистов органов системы профилактики правонарушений.

РАЗДЕЛ 1
ИНТЕГРАЦИЯ МЕДИАТИВНЫХ И ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ
ПРАКТИК В ПРОЦЕСС РЕАБИЛИТАЦИИ ВОСПИТАННИЦ
СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

ПРАКТИКИ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИАЦИИ:
ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ В ИШИМБАЙСКОМ СПЕЦИАЛЬНОМ УЧЕБНО-
ВОСПИТАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Шагиева Г.Г., директор Ишимбайского СУВУ

Ишимбайское специальное учебно-воспитательное учреждение расположено на территории Республики Башкортостан и ежегодно принимает около 70 девушек-подростков на реабилитацию. Большая часть воспитанниц сталкивается с серьёзными проблемами в социализации и построении здоровых отношений с окружающими. Педагогический коллектив прилагает усилия для нормализации социального взаимодействия путём активного использования медиативных и восстановительных технологий.

Первое знакомство педагогов нашего учреждения с медиативными и восстановительными технологиями состоялось в 2018 на курсах повышения квалификации организованных «Научно-методическим центром медиации и права». Поняв и оценив всю пользу от использования технологий в работе с нашими воспитанницами, мы задумались над тем, как лучше организовать реализацию медиативных практик во всех структурных подразделениях.

Работа началась с создания Службы медиации, в которую вошли специалисты разных структурных подразделений от заместителя директора по правовым вопросам до воспитателя и педагога дополнительного образования. Педагоги на практике учились проводить медиативные и восстановительные беседы, анкетировали воспитанниц на выявление уровня конфликтности, оказывали консультативную помощь.

Одной из базовых практик учреждения является традиция проведения регулярных мероприятий формата «Круги поддержки». Подобные события помогают новым воспитанницам адаптироваться в коллективе, обеспечивают необходимую поддержку и формируют дружественное отношение в группе. Круги поддержки проходят традиционно в первые дни нахождения девочки в учреждении и служат основой для установления прочных контактов между новыми членами коллектива и остальными воспитанницами. Основная задача состоит в обеспечении комфортного перехода периода адаптации, формировании предпосылок для будущих успехов в учебе и развитии.

Значимой частью деятельности является включение педагогов в конференции и фестивали, посвящённые проблемам восстановительной медиации различного уровня. Так, сотрудники Ишимбайского СУВУ принимали участие в Международном фестивале «Медиация. Молодость. Будущее!», объединяющем профессионалов из России, Беларуси, Казахстана и Молдовы. Специалисты представляли собственный опыт внедрения медиативных практик в воспитательно-образовательный процесс и делали доклады по тематике работы с подростками. Материалы участников фестиваля были опубликованы в официальном сборнике.

Ещё одно важное достижение — выступление юных медиаторов на V Всероссийском онлайн-форуме «Вместе с детьми», организованном Благотворительным фондом «Абсолют-помощь». Форум позволил нашим воспитанницам продемонстрировать навыки открытой коммуникации и самостоятельно представить своё видение эффективных способов управления конфликтами.

Участие в таком мероприятии как Всероссийское совещание школьных служб примирения и медиации даёт дополнительную возможность обменяться опытом с коллегами из других регионов России. Представители учреждения выступили с докладами о применении восстановительных практик в социальной сфере и обсудили вопросы семейного взаимодействия

и влияния образовательных организаций на процесс становления подростка. Материалы выступления включены в специальный выпуск журнала.

Регулярно педагоги и воспитанницы участвуют в онлайн-конференциях и вебинарах, проводимых Министерством просвещения РФ и Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Подобные мероприятия повышают профессиональный уровень педагогов и развивают у воспитанниц навыки продуктивной коммуникации и посредничества.

Важнейшим достижением последнего времени является победа социального проекта Ишимбайского СУВУ «Шаги к восстановлению» в грантовом конкурсе Благотворительного фонда «Абсолют-помощь». Проект направлен на интеграцию восстановительных подходов в образовательный процесс учреждения и разработку комплексных рекомендаций по профилактике асоциального поведения среди подростков.

Совокупность указанных усилий доказывает целесообразность применения восстановительной медиации в реабилитационной работе с подростками, находящимися в сложной жизненной ситуации. Такой подход способствует укреплению социальной устойчивости подростков, улучшает качество межличностных коммуникаций и повышает общий уровень адаптации воспитанников к условиям современной жизни.

ИНТЕГРАЦИЯ МЕДИАТИВНЫХ И ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС УЧРЕЖДЕНИЯ ЗАКРЫТОГО ТИПА

Заманова Светлана Мидхатовна,
заведующий социально-психологической
и методической службы

Цель работы службы медиации - помочь улучшить атмосферу в детском коллективе, научив бесконфликтному общению. Именно поэтому мы пошли по пути интеграции в воспитательный процесс медиативных и

восстановительных принципов и технологий в деятельность всех специалистов учреждения.

Принципы медиации	Принципы восстановительного подхода
<ul style="list-style-type: none">• добровольность,• равноправие сторон,• взаимоуважение,• ответственность за принятое решение,• сотрудничество,• конфиденциальность,• нейтральность медиатора	<ul style="list-style-type: none">• исцеление жертвы• возмещение ущерба нарушителем• активное участие сторон в разрешении ситуации• диалоговые формы разрешения конфликта• включение сообщества в нормализацию взаимоотношений

Самым важным и не простым для понимания самими педагогами при использовании медиативных практик был ответ на вопрос: С чего это нужно поддерживать воспитанника, если он не прав? Зачем поддерживать ребенка в конфликте, тем более, если он нанес вред?

Педагоги все по-разному понимали слово «поддерживать». Для многих поддерживать было равносильно словам «одобрять», «поощрять».

Прошедшие обучение по медиации педагоги подчеркивали важность слова «поддерживать». Для них поддержка означает не только физическую помощь, но и эмоциональную вовлеченность: разделять чувства собеседника, проявлять эмпатию и глубокое понимание его состояния.

Тогда у коллег возникал другой вопрос: «А достойны ли нарушители такой поддержки?» Ответ на вопрос получили в «Круге сообщества» педагогов: «Конечно, как и любой другой человек в сложной ситуации, каковым конфликт и является».



Совместное обсуждение позволило выработать свою формулу поддержки. Она звучит так: «Я сочувствую тебе и вижу твои чувства. Даже если ты не прав сейчас, я все равно здесь, рядом с тобой. Я помогу тебе. Мы вместе честно разберем ситуацию и поймем, что в ней было несправедливо. А потом ты воспользуешься своим правом принимать решение и нести за него ответственность».

Важно уметь так относиться к воспитанницам закрытых учреждений, именно с этой позиции. Поддерживать, а не оценивать (назначать виноватых и правых).

Это наш золотой ключик к развитию доверительных взаимоотношений, демонстрация со стороны взрослого наставника полного принятия личности воспитанницы такой, какая есть, отделяя личность и совершенные проступки.

Наш опыт показывает, что эффективность достигнутых соглашений часто зависит от отношения к конфликтной ситуации воспитанниц группы и педагогов. В связи с этим мы практикуем «круги сообществ» с различными целями. Выполнение договоренностей в группе обычно становятся завершающим пунктом медиативной цепочки:

1. Запрос (воспитанницы, педагоги, участники службы медиации);
2. Предварительные встречи со сторонами конфликта (индивидуальные встречи, участие значимых взрослых);
3. медиативные и восстановительные беседы (охват аудитории на нескольких мероприятиях);
4. выполнение договоренностей сторонами (реализация принятых решений участниками спора);
5. круг сообщества или круг поддержки (поддержка, прояснение отношения группы к конфликту, принятие важного значимого решения);
6. выполнение договоренностей в группе (разделение ответственности участниками группы, выполнение договоренностей).



Традиционными стали «Круги поддержки» для вновь прибывающих воспитанниц на тему «Давайте познакомимся». Они актуальны в первые несколько дней пребывания. Круг проводится с целью знакомства новой воспитанницы с девочками группы, оказания поддержки, обсуждения возможностей, открывающихся перед воспитанницами в СУВУ, достижений и постановки целей участниками круга на ближайший период.

Фазы Круга поддержки «Давайте познакомимся».

1. Обмен историями: "Мои ощущения и чувства в момент прибытия в СУВУ. Что помогло и кто помог мне справиться с первыми трудностями";
2. Игра "Интервью". Вопросы: "Что я умею делать хорошо, чему я научилась в училище», "Чему я еще хочу научиться";
3. Рассказ – перспектива "Что я буду делать для того, чтобы достичь желаемого". Ответ на вопрос: "Как участники группы поймут, что ты добилась желаемого?"
4. Ответ на вопросы: "Что для меня было важным сегодня?", "Что я чувствую сейчас?"

Услышанная от сверстниц информация в ходе круга, атмосфера взаимопонимания позволяет снять некоторую тревогу и напряжение с вновь поступившей воспитанницы, заставляет ее задуматься о своих возможностях, способностях, переключить ее внимание с негативных установок на положительные изменения.

Внедряя медиативные и восстановительные практики в воспитательный процесс учреждения, мы каждый день учимся вместе. Педагоги – выстраивать доверительные взаимоотношения с детьми, быть беспристрастными, создавать безопасное пространство. Воспитанники учатся доверять, сотрудничать, слышать других, принимать ответственные решения и выполнять их, понимать, что правила важны.

МЕДИАТИВНАЯ КУЛЬТУРА И ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Ситникова Наталья Владимировна, воспитатель, медиатор

Конфликтные ситуации в образовательной среде возникают ежеминутно, так же, как и в жизни в целом. Конфликтность – очень яркое проявление в поведении современных подростков. Они не умеют разрешать возникающие конфликты и, следовательно, часто совершают серьезные правонарушения. Несовершеннолетние – самая социально незащищенная часть общества. Преступность в подростковой среде получила широкое распространение.

Учреждения закрытого типа – это особенный срез общества и для него характерны разнонаправленные конфликты: между обучающимися, между педагогами и обучающимися, между обучающимися и их родителями. И конфликты иногда бывают очень глубокими, серьезными и чреваты последствиями для всех.

Девочки до поступления в СУВУ очень много и часто конфликтовали: с родителями, в школе с педагогами и сверстниками, с правоохранительными органами, с законом и обществом. Чаще эти конфликты решались либо с помощью силы, либо с помощью закона, но реже с учетом потребностей и интересов девочек. Каждая из девочек приехала в СУВУ с огромным негативным «багажом». Необходимо было правильно «разобрать этот багаж», научить девочек общению, конструктивным способам выхода из конфликта. Современные подростки не похожи на подростков предыдущих поколений. Сегодня знания по психологии подросткового возраста не всегда могут решить возникающую проблему и помочь педагогу. Методы, подходы к решению проблемы преступности подростков в основном традиционные. Для предупреждения и разрешения конфликтов в образовательных организациях, в том числе и в СУВУ, необходимо огромное внимание уделять ценностно – ориентированному обучению несовершеннолетних навыкам конструктивного взаимодействия, навыкам конструктивного диалога.

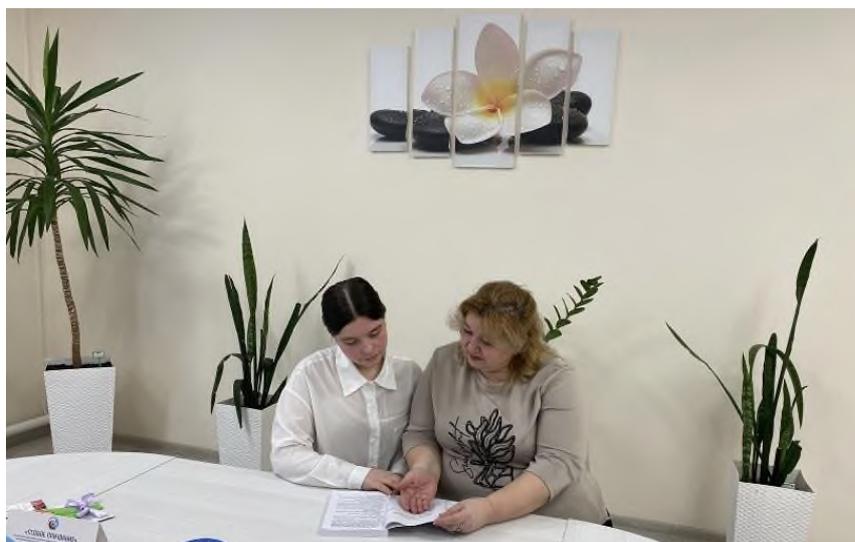
Медиативная культура и восстановительные практики очень эффективны в системе образования. Еще более эффективно применение восстановительного подхода в учреждениях закрытого типа, в работе с девиантными подростками, которые взаимодействуют круглосуточно и у которых наблюдается повышенная конфликтность в межличностном общении со сверстниками, с взрослыми, с родителями. Медиация вошла в жизнь и работу нашего учреждения в 2018 году, когда большая часть педагогов обучилась медиации по программам: «Введение в медиацию. Медиативный и восстановительный подходы», «Система работы службы медиации в СУВУ».

Медиация относится к конфликтам как к неотъемлемой части жизни. Понятно, что конфликт несет деструктивный потенциал, хотя без конфликта не было бы и развития. Поэтому педагогу важно направить энергию

конфликта в созидательное русло. Важно ориентировать обучающихся на будущее сотрудничество.

Первые попытки применения медиации в моей работе (работе воспитателя) были предприняты сразу после обучения и позволили мне понять, что у меня появились новые эффективные техники и инструменты урегулирования конфликта. А еще очень важно, что медиация является добровольным процессом. Медиация – это метод, в основе которого лежит уважение к личности, добровольное участие и волеизъявление, свобода выработки и принятия решений, основывающихся на возможности защиты и удовлетворения интересов сторон, при условии предоставления равных прав всем сторонам спора.

Таким образом, учитывая все принципы медиации, она стала в моей работе огромной подмогой, и оригинальным методом с использованием понимающего подхода. Применяя техники и инструменты медиации, такие



как: «Медиативная беседа», «Восстановительная беседа», «Круг сообщества», «Активное слушание», «Я-сообщение», «Петля понимания» и др. Я смогла заглянуть в глубину внутреннего мира девочек, смогла увидеть не только «вершину айсберга, но и то, что под водой», а именно: понять, какие потребности и интересы были нарушены с самого детства, чем было вызвано противоправное поведение девочек, почему они полны агрессии и недоверия к обществу.

Хотелось бы остановиться на том, как принимается вновь поступившая девочка уже в сложившийся коллектив группы. С целью безболезненной адаптации и снятия страхов в группе проводится круг поддержки для этой девочки. Круг поддержки несет в себе положительную направленность, позволяет почувствовать новенькой девочке, принятой в коллектив. Также задачей становится: разрушить ее сложившиеся негативные установки и переключить ее на сотрудничество.

Каждая поступившая девочка как личность несет кроме отрицательного и положительный потенциал развития. Поэтому своей основной задачей я считаю: дать каждой обучающейся возможность реализовать все лучшее, что ей дано.

На всех этапах развития обучающимся необходимо чувствовать себя в безопасности, ощущать себя принятыми, ценимыми, уважаемыми и любимыми значимыми для них людьми. Поэтому когда нарушены детско-родительские отношения и есть конфликт у обучающейся с родителями, то и здесь очень эффективно применение медиативных техник. В большинстве случаев после восстановительных бесед взаимопонимание и семейные связи восстанавливаются. Такие восстановительные беседы проводятся по видеосвязи, предварительно медиатор беседует с каждой из сторон конфликта. Выслушав свою дочь, учитывая правила восстановительной беседы, родитель понимает, какие интересы и потребности нарушены у ребенка и из-за чего произошел конфликт, или наоборот.

Восстановительный подход – это системный подход к решению конфликтных ситуаций, который предусматривает восстановление, нарушенного вследствие конфликта, социально-психологического состояния, связей и отношений в жизни его участников и их социального окружения, исправление причиненного конфликтом вреда.

Применение медиативных и восстановительных техник в моей работе позволило создать безопасную среду, благоприятную для развития личности

каждой девочки, умеющей принимать решения, договариваться и отвечать за свои поступки.

Традиционно день в группе завершается итогом дня, на котором разбираются все замечания девочки за день. Обучающиеся анализируют свое поведение за день, проговаривают свое настроение и эмоции, дают друг другу советы, пожелания.



Ранее итог дня приобретал иногда негативную окраску, эмоции накалялись, нес конфликтную энергию. Тогда было решено попробовать проводить итог дня в форме круга сообщества. Для этого до итога дня мною анализировались и интегрировались все замечания девочек за день, потом в соответствии с проанализированной информацией формулировалась актуальная тема для круга сообщества и вопросы. В течение года было проведено много итогов дня в форме круга сообщества на темы: «Честность», «Уважение», «Сотрудничество», «Коллектив и сплочение», «Понимание и толерантность», «Успех», «Благодарность» и др.

Итоги дня в такой форме давали положительную обратную связь, вызывали у обучающихся живой интерес к открытому общению, создавали безопасное пространство и позволяли делиться настроением и эмоциями. Итог дня становился конструктивным, эффективным, имеющим большую воспитательную функцию.

Например, Руслана, прожив год в СУВУ, долго не могла научиться спокойно реагировать и принимать замечания и пожелания в свой адрес. Руслана оправдывалась, обижалась, порой грубила и таила злобу на девочек. После предложения ей использовать технику «Я-сообщение», девочке стало

легче и спокойнее воспринимать критику в свой адрес, а также говорить о своих чувствах.

Настя, например, не умела слушать и слышать окружающих, быстро раздражалась и воспринимала информацию искаженно. Предложив Насте попробовать использовать «Активное слушание», научив ее этой технике, я увидела положительный результат. Сегодня Настя увлеклась медиацией, старается научиться большему, пробует помогать девочкам в группе разрешать конфликты.

Маша, в беседе часто не могла изложить суть произошедшей конфликтной ситуации, давала неточную оценку событию и деталям конфликта. В работе с Машей хорошо сработал прием «Петля понимания».

Радуется, что девочки не только приняли медиацию, но и очень заинтересовались медиативным подходом. Обучающиеся, как и я, убедились, что все приемы, техники и инструменты работают, а общение с помощью этих инструментов и техник стало открытым, уважительным, происходит взаимное принятие друг друга.

Очень важно медиаторам наряду с урегулированием конфликтов распространять принципы медиации, так как главное – предупреждение конфликтов. Поэтому в группе Соня и Настя изъявили желание учиться медиативному и восстановительному подходу. Они владели первичными медиативными навыками: - не выходите из себя, просто выслушайте; - включитесь в ситуацию и будьте открыты собеседнику; - успокойтесь, сделайте паузу и действуйте; - выработайте несколько приемлемых вариантов разрешения спора.

Ярким моментом было собрание в группе «Итоги года. Планы на будущее» в форме круга сообщества. Как обычно, медиативная игра перед кругом позволила девочкам почувствовать поддержку, безопасность и благоприятную атмосферу для разговора. Собрание в форме круга сообщества закончилось калейдоскопом ярких положительных эмоций и желанием добиться успеха в новом году. Девочки поверили в себя, поняли,

что не использовали весь свой позитивный потенциал и еще есть к чему стремиться. Завершением стало предложение написать книгу «Поверь в себя», где у каждой девочки будет своя страница для выражения чувств, планов и шагов к успеху.

Итак, почему восстановительный подход работает? Потому что он построен на понимании и исправлении причиненным конфликтом вреда. Медиация создает условия для понимания сторонами самих себя и друг друга. От качества общения зависит и качество воспитания культуры конструктивного поведения, признание ценности человеческой жизни, уникальности каждой личности, принятия, уважение права каждого на защиту своих интересов, но не в ущерб чужим.

БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА ДЛЯ ПОДРОСТКОВОЙ МЕДИАЦИИ: КАК СОЗДАТЬ ДОВЕРИТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО

Нафикова Г.А., медиатор,
социальный педагог

Работа медиатора с подростками представляет собой особую сложность и требует специализированного подхода. Подростковый период характеризуется повышенной эмоциональностью, чувствительностью и сильной зависимостью от оценки окружающих сверстников. Именно поэтому эффективная медиационная сессия возможна только при условии тщательной предварительной подготовки и формирования благоприятной психологической атмосферы.

Создание безопасной и поддерживающей среды является ключевым условием успешного взаимодействия всех подростков в рамках медиационной сессии. Если окружающая обстановка воспринимается подростками как неприятная или дискомфортная, они начинают замыкаться, становятся менее открытыми и честными, усугубляя первоначальные разногласия. Таким образом, формирование позитивной и располагающей

обстановки становится первоочередной задачей медиатора, занимающегося с воспитанницами.

Для достижения необходимого уровня доверия и уверенности среди подростков важно учесть ряд важных аспектов:

Физический комфорт помещения

Помещение обустроено таким образом, что оно способствует релаксации и снижению стресса. Мягкая мебель, удобная расстановка мебели, приятные цвета стен и элементы интерьера способствуют созданию теплой и непринужденной атмосферы.

Отсутствие внешнего давления

Проведение встреч в условиях конфиденциальности и приватности позволяет воспитанницам чувствовать себя свободнее и раскрываться перед специалистом. Важно заранее согласовать участие третьих лиц (родителей, педагогов, наставников), учитывая мнение самих девушек.

Дружественный тон коммуникации

Используя мягкие и уважительные формы обращения, внимательно слушая и проявляя эмпатию, медиатор создает атмосферу открытости и взаимного уважения. Реакция на невербальные сигналы также помогает установить контакт и лучше понимать состояние воспитанниц. Принцип равноправия

Медиаторы последовательны в распределении своего внимания между всеми подростками. Установленные правилами требования соблюдения этики общения помогают поддерживать порядок и создают ощущение справедливости.

Четкость структуры встречи

Четкое описание этапов встречи, установление ритма и контроль над ходом обсуждения делают процесс структурированным и безопасным, снижая уровень неопределенности и тревожности у сторон конфликта.

Обратная связь

Медиатор постоянно уточняет свое понимание ситуаций, повторяя услышанное и проверяя правильность сделанных выводов. Это предотвращает недопонимания и повышает эффективность переговоров.

Приемы создания доверительной среды

Приведенные ниже рекомендации помогут сделать медиационную встречу с подростками наиболее эффективной и продуктивной:

1. Представление процедур

Перед основным этапом медиатор подробно излагает всю последовательность шагов, включая пояснения, как именно будут решаться возникшие проблемы. Предоставляет ясные инструкции и обеспечивает полную прозрачность процесса.

2. Определение базовых норм поведения

Заранее обсуждаются основные правила поведения и договоренности об общих принципах общения, таких как недопустимость агрессивных высказываний, перебиваний и обидных комментариев. Необходимо удостовериться, что оба подростка согласны соблюдать установленные рамки.

3. Нейтральность и объективность

Медиатору необходимо держать позицию абсолютной непредвзятости, уделяя внимание каждому подростку равномерно. Независимо от сути конфликта внимание и поддержка должны быть одинаковыми ко всем подросткам.

4. Проверка точности восприятия

Регулярно суммируйте сказанное и формулируйте выводы вслух, используя техники переформулирования и уточняющих вопросов. Так можно избежать ошибок и повысить взаимопонимание.

5. Признание ценности мнений и опыта

Подчеркивайте важность и значимость мнений каждого подростка, стимулируя активное общение и принятие альтернативных точек зрения. Это

показывает вашу готовность выслушивать разные взгляды и помогать находить решения.

Формирование оптимальных условий для подростковой медиации — ключевой фактор эффективности всей работы. Тщательная подготовка комнаты, соблюдение принципов конфиденциальности, поддержание дружелюбного и уравновешенного стиля общения, равноценное отношение ко всем подросткам и использование проверенных техник обратной связи позволяют достичь лучших результатов. Создав условия для открытого разговора и комфортного разрешения конфликтов, медиатор закладывает основу для положительного развития межличностных отношений и предотвращения дальнейших споров среди подростков.



МОСТ ПОНИМАНИЯ: ПРИМЕНЕНИЕ МЕДИАТИВНЫХ И ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ ПРИЁМОВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ

Давлетчурина Ирина Михайловна, воспитатель

Эмпатия – это способность не просто слышать слова, но и глубоко воспринимать эмоции, стоящие за ними, видя мир глазами другого человека.

Эта уникальная черта становится основой для восстановления утраченного доверия и построения крепких, гармоничных отношений.

Развитие эмпатии у подростков с девиантным поведением чрезвычайно важно по нескольким причинам:

1.Коррекция социального поведения: девиантное поведение нередко связано с недостатком эмоциональной чувствительности и отсутствием навыков распознавания чувств других людей. Подростки с низким уровнем эмпатии склонны демонстрировать агрессивные или асоциальные формы поведения, что негативно сказывается на социальной адаптации и интеграции в общество. Развитие эмпатии помогает таким подросткам лучше осознавать последствия своих действий и выбирать социально приемлемое поведение.

2.Предупреждение агрессии и насилия: эмоциональная холодность и отсутствие интереса к переживаниям других людей могут приводить к агрессивным проявлениям и жестокости. Умение понимать и учитывать чувства окружающих уменьшает вероятность совершения насильственных действий и повышает толерантность к окружающим людям.

3.Преодоление психологических травм: многие подростки с отклонениями в поведении имеют сложную жизненную историю, включающую травмы детства, недостаток родительской любви и заботы. Эмпатическое воспитание позволяет таким детям научиться доверять взрослым и сверстникам, восстанавливая нарушенные социальные связи и снижая риск повторных нарушений закона.

4.Создание условий для успешной реабилитации: взрослые специалисты сферы детства, работающие с трудными подростками, также нуждаются в развитых эмпатических навыках. Только искреннее участие и способность понять ребёнка изнутри способны обеспечить успех реабилитационных мероприятий и повысить шансы на успешную социальную адаптацию подростка.

5.Социальная интеграция и поддержка сверстников: высокий уровень эмпатии улучшает коммуникационные навыки подростков, позволяя

устанавливать близкие контакты со сверстниками и взрослыми людьми. Поддерживая эмпатичное отношение, подростки могут избегать изоляции и негативного влияния антисоциальных группировок.

6.Снижение риска рецидивов преступного поведения: научные исследования подтверждают прямую зависимость между высоким уровнем эмпатии и низкой вероятностью повторного нарушения закона. Таким образом, мероприятия по развитию эмпатии снижают риски рецидива преступлений и повышают шансы молодых людей вести законопослушный образ жизни.

7.Формирование положительного образа взрослого мира: эмпатия оказывает положительное влияние на восприятие окружающей действительности. Развитый уровень эмпатии способствует восприятию внешнего мира как доброжелательного и принимающего, что способствует снижению тревожности и страха перед будущим.

8.Расширение кругозора и жизненных перспектив: улучшение эмоционального интеллекта и способности понимать других расширяют жизненный горизонт подростка, открывая перспективы для саморазвития и профессионального роста.

Таким образом, работа по развитию эмпатии у подростков с девиантным поведением представляет собой важный компонент комплексной системы профилактики правонарушений и коррекции поведенческих расстройств. Это направление включает целенаправленные мероприятия, консультации психологов, медиативные и восстановительные беседы, круги поддержки и сообщества, а также специальную образовательную программу «Группы равных», направленную на формирование навыков конструктивного взаимодействия в рамках реализации практики учреждения «Шаги к восстановлению».

Рассмотрим подробно, какими способами развитие эмпатии осуществляется через медиативные и восстановительные практики.

Для развития эмпатии применяются специальные техники и приёмы медиации, позволяющие лучше понять и принять чужие взгляды и чувства.

Рассмотрим два примера, иллюстрирующих пользу медиативных методов.

Пример из жизни взрослых сотрудников.

Двое коллег долго находились в состоянии постоянного недовольства друг другом, считая противоположную сторону некомпетентной и неспособной эффективно выполнять свою работу. Первый коллега почувствовал необходимость изменить ситуацию и попытался подойти иначе. Применяя технику активного слушания, он сказал своему напарнику: «Я вижу, что мои слова тебя задевают. Возможно, я иногда слишком остро реагирую на твои ошибки». Затем последовал открытый вопрос: «Может, попробуем разобраться, что именно вызывает у нас эти трудности?»

Эта техника создала пространство для открытого и глубокого диалога, позволившего обоим сотрудникам признать и проанализировать свои внутренние ощущения и реальные причины возникающего напряжения. Оказалось, что причиной раздражительности одного сотрудника стала собственная перегрузка работой, а другой болезненно реагировал на критику из-за внутренней неуверенности. Осознавая подлинные корни проблем, сотрудники нашли новые способы взаимодействовать, выстроили эффективное общение и достигли нового уровня продуктивного сотрудничества.

Основные приёмы медиации, использованные в данном примере:

Активное слушание: Полностью сосредоточиться на словах и эмоциях другого человека.

Открытые вопросы: Способствуют раскрытию чувств и мнений.

Переформулирование: Повторение сказанного своими словами подтверждает понимание сути.

Анализ восприятия: Участники начинают осознавать различия в восприятии происходящего.

Совместное принятие решений: Партнёры предлагают варианты совместного преодоления трудностей.

Пример из жизни подростков

Две воспитанницы долгое время испытывали напряжение в отношениях. Одна девочка чувствовала, что её мнение игнорируется, а другая воспринимала критику как личные нападки. Однако однажды первая сторона, участница «Группы равных» попыталась пересмотреть ситуацию и применить приемы медиативного подхода. Она сказала своей однокласснице: «Знаешь, я заметила, что моё недовольство сильно ранит тебя. Я, возможно, была слишком резка ранее. Давай попробуем поговорить начистоту, чтобы понять друг друга?»

Этот простой акт заботы позволил второй девушке открыто рассказать о своих чувствах и причинах своего поведения. Постепенно стало ясно, что обе девочки неверно интерпретировали поступки друг друга. Совместное обсуждение выявило истинные потребности каждой стороны, сформировав почву для новых договорённостей и взаимопонимания.

Использованные приёмы медиации:

Проявление сочувствия: Признать ответственность за негативную реакцию и пригласить к обсуждению.

Искренняя заинтересованность: Показать настоящую вовлечённость в проблему и потребность разобраться.

Анализ восприятия: Объяснить собственное восприятие ситуации и выслушать позицию другого участника.

Обозначение общих целей: Найти общую точку опоры для дальнейшего улучшения отношений.

Формирование предложений: Предложить альтернативные модели поведения и установить новый порядок взаимодействия.

Использование медиативных и восстановительных практик доказало свою значимость в развитии эмпатии.



Через применение активных методик слушания, открытых вопросов, переформулирования и совместного анализа ситуаций участники конфликтов приобретают уникальный опыт понимания и уважения друг друга. Эмпатия не только помогает решать накопившиеся проблемы, но и служит профилактическим средством против возникновения будущих разногласий, формируя здоровые и устойчивые взаимоотношения.

ПРИМЕНЕНИЕ ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБУЧЕНИИ В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЗАКРЫТОГО ТИПА.

Гарифуллина Эльмира Можавировна,
мастер производственного обучения

Работа мастера производственного обучения в специальном учебно-воспитательном учреждении, выходит далеко за рамки преподавания профессиональных навыков. Каждый урок – это столкновение с травмирующим прошлым, низкой самооценкой, нарушенными социальными



связями и недоверием к миру взрослых. В этих условиях традиционные авторитарные методы обучения оказываются малоэффективными. Моей ключевой задачей стало создание безопасной образовательной среды, где профессиональное становление неразрывно связано с личностным восстановлением. Таким инструментом для меня стали восстановительные практики.

Восстановительный подход в моей трактовке – это не набор техник, а философия взаимодействия. Ее суть – смещение фокуса с наказания и принуждения на понимание, ответственность и заботу. Я учу не просто подавать блюда, а выстраивать отношения с гостем, коллегами и, что самое главное, с собой. В основе лежат три принципа:

1. Опора на сильные стороны личности. Каждая девочка, независимо от ее прошлого, обладает уникальными ресурсами: кто-то аккуратен, кто-то обаятелен, кто-то трудолюбив. Моя задача – найти эту «точку опоры» и дать ей проявиться.

2. Создание ситуации успеха. Профессия официанта идеально подходит для этого. Здесь можно быстро получить видимый, эстетичный результат – красиво накрытый стол, довольный клиент. Этот моментальный успех становится мощным антидепрессантом и мотиватором.

3. Ответственность перед сообществом. Мы создаем не просто учебную группу, а профессиональное сообщество, где все зависят друг от друга. Качество работы одной влияет на успех всех.



В своей профессиональной деятельности я применяю следующие восстановительные практики:

1.Технология «Равный – равному» как практика взаимопомощи и лидерства.

Эта методика стала центральной в моей работе. Девочки, быстрее освоившие навык (например, складывание салфеток или технику подачи блюд), становятся инструкторами для других.

Восстановительный эффект:

Для инструктора: повышение самооценки, развитие эмпатии и ответственности. Она получает социально одобряемый статус лидера.

Для обучающейся: снижение тревожности. Учиться у сверстницы, которая сама недавно испытывала трудности, психологически комфортнее. Исчезает барьер «педагог-ученик».

Для группы: Формируется атмосфера взаимной поддержки вместо конкуренции. Зарождается «восстановительное сообщество».

2.Восстановительные беседы на этапе рефлексии.

В конце каждого урока мы обсуждаем не только то, что получилось или нет, но и то, что мы при этом чувствовали.

Примерные вопросы: «Что сегодня было самым трудным? Кто тебе помог? Что ты чувствуешь, глядя на результат своей работы? Что мы можем сделать завтра, чтобы нам было комфортнее работать вместе?»

Восстановительный эффект: Девочки учатся рефлексии, вербализации своих эмоций, эмпатическому слушанию. Такие беседы создают безопасное пространство для выражения чувств и конструктивного разрешения мелких конфликтов, неизбежно возникающих в коллективе.



3. Проекция профессиональных ситуаций на жизненные обстоятельства («Уроки гостеприимства для себя»). Изучая стандарты обслуживания, мы проводим параллели с жизнью.

Пример: Тема «Работа со сложным гостем». Мы разбираем, что конфликт – это не катастрофа, а система. Анализируем, что стоит за агрессией гостя (усталость, обида, непонимание), и учимся гасить ее не конфронтацией, а вниманием и профессионализмом. Затем мы проводим аналогию: «А если в твоей жизни встречается “сложный человек”?». Это позволяет на профессиональном материале отрабатывать навыки стрессоустойчивости, самоконтроля и конструктивного диалога.



Практика «Профессиональной исповеди» и работа с ошибками.

Ошибка в нашем пространстве – не повод для наказания, а ресурс для роста. Мы ввели ритуал: если девочка разлила напиток или разбила посуду, ее задача – не просто убрать, а перед группой (если готова) проанализировать: «Я ошиблась, потому что... В следующий раз я сделаю так... Мне нужна помощь в...».

Восстановительный эффект: Формируется ответственное отношение к своим действиям, снимается страх перед неудачей. Группа учится не осуждать, а поддерживать.

Интеграция восстановительных практик в производственное обучение показала свою высокую эффективность. Мы наблюдаем не только рост

профессиональных навыков, но и качественные изменения в личностной сфере воспитанниц: повышение уверенности в себе, развитие коммуникативных способностей, формирование ответственности и умения работать в команде.

Профессия «официант» становится для них не просто специальностью, а терапевтическим пространством, где они заново учатся доверять, помогать, брать на себя ответственность и видеть результаты своего труда. Это и есть тот фундамент, который позволяет им не просто получить профессию, а восстановить свою социальную идентичность и уверенно шагнуть в новую жизнь.



ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЙ ПОДХОД КАК СРЕДСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ВОСПИТАНИЦ

Мичурина Гульназ Радиковна,
мастер производственного обучения
преподаватель спец. дисциплин

Любая образовательная деятельность в современной российской школе предполагает взаимодействие людей, объединённых в одном пространстве и

участвующих в различных видах совместной деятельности. Особую актуальность вопрос позитивного взаимодействия приобретает в специальных учебно-воспитательных учреждениях закрытого типа для детей и подростков, совершивших противоправные и общественно-опасные деяния, и должно быть направлено для комплексной реабилитации и социализации несовершеннолетних. Это связано с трудностями протекания процесса адаптации как в начальном этапе при поступлении в учреждение, так и в дальнейшем, а также со спецификой их взаимодействия со сверстниками и другими воспитанниками.

Если рассматривать конфликты как столкновение двух и более лиц, то можно с уверенностью утверждать, что конфликты в образовательной среде любой образовательной организации были, есть и будут, однако поведение всех участников образовательной деятельности в конфликтной ситуации будет зависеть от того, как они реагируют на возникающий конфликт и какими стратегиями поведения обладают. Конструктивно разрешённая конфликтная ситуация должна стать отправной точкой в саморазвитии её участников. Как обучающиеся, так и педагоги через разрешение конфликтных ситуаций с помощью восстановительных технологий получают эталон общей восстановительной культуры взаимодействия между людьми.

Восстановительный подход в медиации представляет собой особую форму взаимодействия участников конфликта, направленного на восстановление нарушенных взаимоотношений и примирение сторон. Этот подход ориентирован на решение конфликтных ситуаций путем активного участия всех заинтересованных лиц, совместного анализа произошедшего события и разработки путей разрешения возникших разногласий.

При применении восстановительной медиации на уроках производственного обучения возникают дополнительные возможности для развития личностных качеств обучающихся, укрепления командного духа и повышения эффективности образовательного процесса

Особенности восстановительного подхода в медиации:

1. Диалогичность: Участники совместно ищут пути решения конфликтов посредством открытого и честного разговора.
2. Саморегуляция: Стороны сами определяют формы и способы урегулирования спора, активно участвуя в процессе принятия решений.
3. Поддержка посредника: Преподаватель выступает в роли медиатора, помогающего сторонам услышать друг друга и прийти к согласованному решению.
4. Конструктивность: Акцент делается на восстановлении разрушенных связей и устранении негативных последствий конфликта.

Алгоритм проведения восстановительных мероприятий на уроках производственного обучения

Шаг 1. Подготовка к проведению медиации

- Определение целей и задач восстановительного мероприятия.
- Формирование команды медиаторов из числа преподавателей и опытных мастеров.
- Проведение инструктажа участников по правилам поведения и основным принципам восстановительной медиации.

Шаг 2. Анализ ситуации

- Сбор информации о произошедшем событии, выявление причин возникновения конфликта.
- Выявление потребностей и ожиданий участников относительно разрешения сложившейся ситуации.

Шаг 3. Проведение восстановительной встречи

- Создание условий для откровенного диалога между участниками конфликта.
- Поддержка эмоционального состояния обеих сторон, обеспечение спокойствия и уважения.
- Оказание помощи участникам в поиске взаимоприемлемого решения.

Шаг 4. Оформление соглашения

- Документальное оформление достигнутых договоренностей и обязательств сторон.

- Установление сроков исполнения принятых решений и контроля над выполнением обязанностей.

Шаг 5. Оценка результатов

- Проверка степени удовлетворенности участников результатами проведенной медиации.

- Корректировка плана дальнейших действий при необходимости.

Преимущества восстановительного подхода в медиации

1. Повышение доверия между участниками коллектива.
2. Укрепление чувства ответственности за собственные поступки и поведение.
3. Развитие коммуникативных навыков и способности к конструктивному взаимодействию.
4. Предупреждение эскалации конфликтов и снижение вероятности их повторного возникновения.

Примеры практики восстановительной медиации на уроках производственного обучения

Пример №1:

Конфликт между двумя группами учащихся

Ситуация: две группы учащихся, выполняющие одну производственную операцию, постоянно вступают в конфликты из-за разделения ресурсов и оборудования. Это мешает обучению и снижает эффективность работы.

Решение:

- Мастер организует совместную встречу представителей обеих групп, где стороны открыто высказывают свое мнение и выражают взаимные претензии.

- В ходе дискуссии участники осознают важность сотрудничества и находят компромиссные варианты распределения ресурсов.

- Совместно принимается соглашение о правилах пользования оборудованием и распределении рабочего времени.

Результат: улучшается атмосфера в коллективе, повышается дисциплина и продуктивность учебной деятельности.

Пример №2:

Нарушение норм безопасности одной из обучающихся

Ситуация: обучающаяся нарушила технику безопасности небрежно обращаясь с инвентарем, создав угрозу себе и окружающим. Остальные обучающиеся испытывают раздражение и недоверие к нему.

Решение:

- Организуется встреча, где пострадавшая участница объясняет мотивы своего поступка и принимает ответственность за нарушение.

- Группа обсуждают последствия нарушения и формулируют рекомендации по предотвращению подобных ситуаций.

- Вместе создается письменное обязательство соблюдать нормы безопасности и избегать опасных действий.

Результат: укрепляется чувство солидарности среди обучающихся, повышается культура соблюдения мер предосторожности.

Пример №3:

Проблемы коммуникации между мастером и обучающейся

Ситуация: группа обучающихся недовольна требованиями мастера, считая их завышенными. Возникает конфликт и напряжение в отношениях.

Решение:

- Проводится встреча, где обе стороны высказываются свободно и уважительно слушают мнения друг друга.

- Обучающиеся озвучивают конкретные жалобы и пожелания, мастер обосновывает свои требования. Обе стороны признают возможные недостатки и обещают скорректировать свою позицию.

- Формируются общие договоренности о формах взаимодействия и стиле управления.

Результат: налаживаются доверительные отношения между мастером и обучающимися, улучшаются условия обучения и мотивация к труду.

Эти примеры демонстрируют, как восстановительная медиация способна решать конфликты и повышать общий уровень образовательной среды, создавая основу для успешного профессионального воспитания.

Также хочется обратить внимание на особенность применения восстановительного медиативного подхода на уроках производственного обучения с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Она заключается в учете их особых образовательных потребностей и адаптации традиционных методик. Такой подход требует внимательного учета психофизических возможностей и ограничений обучающихся, создание комфортной и поддерживающей атмосферы, а также индивидуальный подход к каждому участнику образовательного процесса.

Ключевыми особенностями восстановительного медиативного подхода для учащихся с ограниченными возможностями здоровья являются:

1. Индивидуализация: Программы восстановительной медиации адаптируются под индивидуальные потребности каждого ребенка, учитывается специфика его заболевания или инвалидности.

2. Психологическая поддержка: Важно обеспечивать поддержку психологического комфорта детей с особыми потребностями, создавать условия для снижения тревожности и стресса.

3. Создание инклюзивной среды: Работа ведется таким образом, чтобы дети могли полноценно участвовать в образовательном процессе и чувствовать себя частью общего коллектива.

4. Формирование толерантности: Особое внимание уделяется воспитанию культуры понимания и уважения различий между людьми, развитию эмпатии и доброжелательных межличностных отношений.

5. Разрешение конфликтов: Специальные подходы используются для устранения недопонимания и напряженности, связанной с особенностями восприятия и коммуникабельностью детей с особенностями развития.

Таким образом использование восстановительного подхода в медиации на уроках производственного обучения позволяет создать благоприятную атмосферу для эффективного взаимодействия участников образовательного процесса, укрепить позитивные отношения внутри коллектива и повысить качество профессиональной подготовки.

«ТЕАТР ПРИМИРЕНИЯ»: ОСОБАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИАЦИИ

Евсеева Д. А., воспитатель, медиатор

Кукольный театр — это уникальное пространство, где сквозь игру и сказку обучающиеся учатся добру, справедливости и сочувствию, находят мудрость, ведь здесь оживают самые светлые чувства и истины, исцеляющие душу и наставляющие на путь истинный.

В нашем учреждении реализована грантовая практика «Шаги к восстановлению», в ходе которой была внедрена инновационная технология — «Театр примирения». Это образовательная методика, позволяющая обучать воспитанников основам восстановительной медиации посредством театральных постановок и анализа конфликтных ситуаций. Основная идея технологии состоит в том, что персонажи, изначально находящиеся в конфликте, достигают согласия и понимания благодаря вмешательству специального героя-медиатора. Для воплощения методики используются сюжеты народных сказок и рассказов, что создает увлекательное игровое пространство и способствует лучшему усвоению материала.

Особенность постановки состоит в том, что кукольные спектакли ставятся не по готовым пьесам, а сценарии создаются совместно с детьми. Медиаторы-наставники вместе с обучающимися на занятиях «Группы равных» обсуждают сюжет, определяют сущность конфликта и способы его разрешения. Это создает условия для активной вовлеченности каждого

ребенка в процесс творческого взаимодействия, формирования командных навыков и развития коммуникативных способностей.

Одним из ярких примеров является постановка народной сказки «Заюшкина избушка». Юные медиаторы-кукловоды активно участвовали в создании сценария, обсуждая характеры персонажей и причины возникновения конфликта. Затем дети распределили роли, подготовив необходимые реквизиты. Этот опыт стал важным этапом их личностного роста и освоения методов эффективного общения. Например, одна из юных медиаторов, Ульянова Полина, подчеркнула, насколько важно было увидеть, как герои смогли прийти к общему решению, построив новый дом для Лисы, вместо того чтобы продолжать ссору.



Участие зрителей также играет ключевую роль. Во время выступления зрители становились активными участниками события, вступая в дискуссию с ведущими и предлагая свои варианты выхода из конфликтных ситуаций. Такой подход помогает создать атмосферу доверительности и заинтересованности, способствующую закреплению новых знаний и опыта. Завершается спектакль общей рефлексией, позволяющей закрепить полученные знания и осознать важность сотрудничества и умения находить компромисс.



Практическое применение и эффекты

Наши наблюдения показали, что использование метода «Театр примирения» способствует развитию важных социальных компетенций среди детей и подростков:

- Повышение уровня доверия и взаимоподдержки.
- Формирование осознанного отношения к собственным чувствам и эмоциям.
- Развитие способности понимать чувства другого человека.
- Освоение эффективных способов коммуникации и разрешения конфликтов.
- Применение восстановительных техник, таких как «Я-сообщение», техника «ПЛЯП», активное слушание и поддержка положительных высказываний.

Технология «Театр примирения» представляет собой инновационный метод, использующий театральное искусство для моделирования и анализа реальных жизненных ситуаций, сопровождающихся конфликтами. Основная цель заключается в обучении участников приемам эффективной коммуникации и созданию условий для миролюбивого разрешения споров. Методика способствует повышению сплоченности ученического сообщества, улучшению психологического климата и достижению гармоничных отношений между обучающимися.

Практика «Шаги к восстановлению» обогатила реабилитационные мероприятия, способствуя глубокому осознанию обучающимися ценности мира, согласия и гармоничных взаимоотношений.

Приложение

«Заяюшкина избушка»
Сценарий медиативного кукольного спектакля

Оборудование к сказке:

Куклы: собака, волк, лиса, медведь, петух, заяц. Макеты деревьев, кустов, избушек зайца и лисы.

Кукловоды: обучающиеся «группы равных».

Музыкальный фон

Сказочник: На лесной опушке, в лубяной избушке,
Жил был Заяц, длинные ушки.

А на другой опушке в ледяной избушке,
Жила Лисонька - Лиса, всему лесу краса.
(появляются Заяц и Лиса)

Лиса:

У меня хороший дом,
Очень – очень свежий он.
Он красивый и просторный.
Хоть немножко и холодный.

Заяц:

Ну, а мой хоть невелик,
Маленький, но теплый.
Буду я в тепле здесь жить,
Печку жаркую топить
(берет дрова, заходит в домик)

Сказочник: Но вот пришла весна - красна,
Лес встрепенулся ото сна,
Птички весело запели
И сосульки зазвенели.

(шумовой эффект «Капель, весна»)

Лиса: Ой, беда, беда, беда,
Растаял снег, кругом вода,
От ледяной избушки,
Остались только лужи. (хватается за голову)

Сказочник: И пошла Лиса к зайцу

Лиса: Заянька соседюшка. Пусти родненький погреться.

Заяц: Проходи, Лиса!

За стол садятся

Сказочник: Отогрелась Лиса,

Чаю напилась, сладко наелась.

И стала Зайца притеснять,

Стала из избушки Зайца выгонять.

Лиса: А ну, заяц, уходи!

Чтоб духу твоего не было Не хочу с тобою жить.

Сказочник: Выскочил Заяц из избы, рыдает,

Куда идти, не знает.

Сел на пенек и плачет:

Мимо него бежала Собачка

Увидела его и спрашивает

Собаки: Заяц, что ты плачешь? И не прыгаешь, не скачешь?

Кто тебя обидел?

Заяц: Как, мне не плакать?

Была у меня избушка лубяная,

А у лисы - ледяная.

Пришла весна, избушка у лисы растаяла,

Попросилась она ко мне переночевать,

Да меня и выгнала.

Собаки:

Я тебе помогу,

Хитрую Лису прогоню,

Сказочник: Пошли Собаки Заяцу помогать,

Хитрую Лису из избушки гнать.

Собаки:

Гав! Гав! Гав!

Пошла, Лиса, вон!

Освобождай дом!

Лиса: Как выскочу! Как выпрыгну!

Пойдут клочки по закоулочкам!

Уходите, сами, отсюда,

А то будет очень худо!

Сказочник: Испугались Собаки, убежали.

Один остался Заяц.

Сел на пенек и плачет.

Мимо Волк шел, увидел зайца и спрашивает

Волк: И чего, Заяц плачешь?

От чего же грустный ты?

Заяц: Волк, ну как же мне не плакать?

Была у меня избушка лубяная,

А у лисы - ледяная.

Пришла весна, избушка у лисы растаяла,

Попросилась она ко мне переночевать,

Да меня и выгнала.

Волк: не грусти! Я готов тебе помочь И прогнать лису прочь

Заяц: Спасибо, Волк! Но ничего у тебя не получится.

Собаки гнали – не выгнали. И ты не выгонишь!

Волк: А вот и выгоню! Пошли!

Сказочник: И пошел Волк Зайцу помогать,

Хитрую Лису из избушки гнать.

Волк: У-У-У! Пошла, Лиса, вон!

Освобождай Зайцу дом!

Лиса: Как выскочу! Как выпрыгну!

Пойдут клочки по закоулочкам!

Уходи, волк, отсюда,

А то будет очень худо!

Сказочник: Испугался Волк и убежал.

Опять один остался Зайка.

Сел на пенек и плачет

В это время мимо медведь шел.

Медведь: Я всю зиму без тревоги Крепко спал в своей берлоге. Вышел я теперь наружу: Солнце светит, везде лужи.

(видит зайца)

Зайчик, зайчик, что ты плачешь?

Заяц: Как же мне, Медведь, не плакать

Была у меня избушка лубяная,

А у лисы - ледяная.

Пришла весна, избушка у лисы растаяла,

Попросилась она ко мне переночевать,

Да меня и выгнала.

Медведь: Ну-ка, Заяц, дай мне лапу,

И веди к своей избе,

Помогу тебе в беде.

Заяц: Спасибо тебе, Миша. Ничего у тебя не получится.

Собаки гнали, не выгнали. Волк гнал, не выгнал.

И ты не выгонишь.

Сказочник: И пошли они вдвоем,

Освобождать зайчишки дом.

Медведь: А-А-А! Пошла, Лиса, вон!

Освобождай Зайчишки дом!

Лиса: Как выскочу! Как выпрыгну! Пойдут клочки по закоулочкам!

Уходи, Медведь, отсюда,

А то будет очень худо!

Сказочник: Испугался Медведь, и убежал.

Идет, рыдает. Слезы горькие роняет.

А навстречу ему Петушок - Золотой Гребешок.

(музыкальная тема «Петушок»)

Петушок-медиатор: Ку-ка-ре-ку! О чем, Заинька, страдаешь,
О чем громко так рыдаешь?

Заяц: Как мне, Петушок, не плакать
Была у меня избушка лубяная,
А у лисы - ледяная.

Пришла весна, избушка у лисы растаяла,
Попросилась она ко мне переночевать,
Да меня и выгнала.

Петушок: Хм! Правильно ли я тебя понял Заяц, тебя выгнала из
собственного дома Лиса?

Заяц: (рыдает) Дааааа!

Петушок: Не плачь Заяц, я помогу тебе решить проблему!

Заяц: Что ты Петушок, ничего у тебя не выйдет! Собака гнала, гнала не
выгнала, волк гнал, гнал, не выгнал, медведь гнал, гнал, не выгнал. И у тебя
ничего не получится!

Петушок: А я не буду гнать, мы с Лисой разговаривать будем.

Заяц: Разговаривать?! (хмыкает)

Сказочник: И пошли они вдвоем с лисой говорить.

Петушок: Ку-ка-реку. Слезай Лиса с печи!
Говорить выходи!

Лиса: Одеваюсь!

Петушок: Ку-ка-реку!

Слезай Лиса с печи!

Говорить выходи!

Лиса: Как выскочу! Как выпрыгну! Пойдут клочки по закоулочкам!

Уходи, Петух, отсюда,

А то будет очень худо!

Петушок: Что ты Лиса ругаешься? Выходи, разговор есть...

Лиса: Какой разговор?

Петушок: А ты у Зайца спроси.

Заяц плачет и говорит: Я чувствую боль, разочарование, несправедливость.
Ведь я пожалел Лису, позаботился о ней, впустил в дом и напоил чаем. А
Лиса выгнала меня из моего дома. Мне страшно!

Лиса: Хм! Дурачина, Ты меня сам впустил, я не просила тебя чаем поить.

Петух: Так, попрошу придерживаться простых правил: не перебивать друг
друга, не оскорблять, уважать чувства других. Согласны?

Лиса: (кривляясь) Согласна!

Петух: Когда я вижу, что кого-то обижают несправедливо, я чувствую
сильную тревогу и желание защитить. Для меня важно, чтобы все жили
дружно и чувствовали себя в безопасности. Ведь каждый заслуживает
уважения и доброго отношения.

Лиса: А что мне делать, если у меня дом растаял? И мне жить негде? Кто о моей безопасности подумает?

Петух: Правильно мы слышали, Патрикеевна, что тебе жить негде? И ты боишься остаться в лесу одна?

Лиса: Да, вы правильно все растолковали!

Петух: А как можно было бы сделать по-другому? Не обижая других?

Ведущий: Может быть зрители помогут ответить Лисе?

Лиса: Вот если бы кто-нибудь помог мне дом построить.

Заяц: Мы поможем тебе, Лиса, построим тебе дом все вместе! Только Я прошу тебя больше никого не обижать и не обманывать!

Сказочник: Все дружно начали строить дом Лисе. С той поры живут в лесу все дружно, друг другу всем помогают. На лесной живут опушке каждой в своей избушке. Сушки, пряники жуют. Веселятся и поют.

Петух: Я поздравляю вас, друзья! Конфликт решили. Ну что ж, все хорошо, что хорошо кончается! Вот и сказке конец, а кто слушал – молодец!

ОБОЗНАЧЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ И ИНТЕРЕСОВ ПОДРОСТКОВ: КЛЮЧЕВОЙ ЭТАП МЕДИАЦИИ

Наталья Владимировна Ситникова, медиатор

Проблема конфликтности среди подростков становится всё острее. Ежегодно растёт число правонарушений и преступлений, совершаемых несовершеннолетними. Образовательные учреждения сталкиваются с частыми конфликтами среди подростков, возникающими по множеству причин. Эти обстоятельства требуют от системы образования разработки и внедрения действенных мер профилактики и разрешения конфликтов.

Наиболее эффективным решением становится внедрение медиационных практик, которые позволяют восстановить взаимоотношения между конфликтующими сторонами при участии третьего лица — медиатора. Подростковые конфликты возникают вследствие неудовлетворённости определёнными аспектами своей социальной и личной

жизни. Нередко причинами становятся фундаментальные потребности и интересы подростков, которым уделяется недостаточно внимания.

Поэтому основной задачей медиатора становится точное определение нужд и желаний конфликтующих сторон, что позволит выстроить эффективный диалог и достичь компромисса.

Возникновение конфликтов связано с множеством факторов, среди которых выделяются следующие:

- недостаточная зрелость психоэмоциональной сферы подростков;
- высокая интенсивность переживаний, склонность к резким реакциям и импульсивность;
- сложности в восприятии и понимании собственного внутреннего состояния и потребностей;
- отсутствие достаточного опыта конструктивного общения и навыка распознавания собственных и чужих интересов.

Кроме того, подростки нередко занимают жёсткую позицию, озвучивая поверхностные жалобы, что мешает выявить глубинные мотивы и реальные потребности. Задача медиатора — выйти за рамки внешнего проявления позиций и добраться до истинных интересов, лежащих в основе конфликта.

Структура конфликта включает:

- прямых участников — двух конфликтующих субъектов;
- косвенных участников — лиц, поддерживающих одну из сторон или влияющих на ход конфликта извне.
- группу поддержки — активных или пассивных сторонников одной из сторон.
- других заинтересованных лиц — случайно или намеренно участвующих в конфликте.

Медиатор должен внимательно анализировать поведение всех указанных категорий участников, учитывая различия в ролях и интересах.

При работе с подростками особое внимание уделяют следующим основным потребностям:

- самостоятельность и независимость;
- признание и уважение сверстников;
- принадлежность к определенной группе или сообществу;
- самоопределение и самореализация;
- безопасность и стабильность.

Эти потребности оказывают непосредственное влияние на возникновение и динамику конфликтов. Без учета потребностей невозможно построить конструктивную стратегию разрешения конфликта.

Почему важно выяснять истинные потребности и интересы подростков?

Основные причины, по которым медиатору необходимо выявлять подлинные интересы подростков:

- определение интересов помогает понять реальную причину конфликта;
- выяснив истинные потребности, можно найти общее решение, которое учитывает интересы обеих сторон;
- раскрытие потребностей создаёт основу для будущего конструктивного взаимодействия;
- эмпатичное восприятие помогает снизить агрессию и враждебность.

Пример реального случая из практики иллюстрирует, какое значение имеет глубокое изучение потребностей и интересов подростков:

Надя и Влада, две воспитанницы одной группы, оказались в конфликте. Внешняя причина казалась простой: личные претензии Нади к Владе. Но в ходе индивидуальных бесед выяснилось, что корни конфликта были глубже: Надя испытывала тревогу и зависть из-за успехов Влады в учёбе и творчестве.

За её действиями стояло желание привлечь внимание и утвердить своё лидерство в группе.

Понимая истинные мотивы обеих девушек, медиатор учреждения смогла организовать конструктивное обсуждение. Используя специальные техники, такие как активное слушание и отражение интересов, она создала условия для совместной работы и достижения компромисса. Итогом стало налаживание отношений, улучшение атмосферы в группе и достижение целей обеими участницами конфликта.

Среди методов, используемых для выявления потребностей и интересов подростков, выделяют:

- активное слушание. Помогает медиатору установить контакт с подростками, глубоко понять их чувства и опасения.
- вопросы, направленные на будущие изменения. Вопросы типа «Что изменится, если ситуация улучшится?» помогают подросткам задуматься о желаемом исходе.
- Круг примирения. Создается площадка для обсуждения проблем и установления общих правил общения.
- Медиативные и восстановительные беседы. Стороны ищут общие интересы, изучая причины разногласий.
- Квадрат Декарта. Четырёхквadrатный шаблон помогает рассмотреть разные сценарии развития событий и принять взвешенное решение.

Все перечисленные методы способствуют установлению контакта с подростками, определению их истинных потребностей и достижению консенсуса.

Реализация практики «Шаги к восстановлению» показывает, что использование медиации и восстановительной практики повышает самооценку подростков, снижает уровень агрессии и улучшает социальное взаимодействие. Восстановительная практика, реализуемая учреждением при поддержке БФ «Абсолют-Помощь» способствует развитию следующих навыков:

- способность признавать и уважать интересы других;

- готовность договариваться и идти на уступки;
- улучшение самоконтроля и навыков саморефлексии;
- увеличение доверия и уверенности в своём положении.

В заключение подчеркнём, что обозначение потребностей и интересов подростков является ключевым этапом медиации. Успех вмешательства зависит от точности диагностики и умения строить коммуникацию, направленную на удовлетворение потребностей обеих сторон. Профессиональный медиатор способен превратить конфликт в источник личностного роста и укрепления общественных связей.

ПРИЕМЫ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИАЦИИ В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Марина Витальевна Трондина, социальный педагог

Работа с подростками, имеющими склонность к девиантному поведению, требует комплексного подхода, сочетающего терапевтические, коррекционные и воспитательные элементы. Одним из наиболее эффективных инструментов, используемых специалистами в сфере детской психологии и педагогики, является практика восстановительной медиации.

Данный подход основан на принципах гуманизма и равенства, направлен на формирование навыков эмпатии, осознания последствий своих поступков и способов примирения.

Что такое восстановительная медиация?

Восстановительная медиация — это процедура, направленная на разрешение конфликтных ситуаций путем непосредственного участия всех заинтересованных сторон. Цель процедуры заключается не столько в наказании виновных, сколько в восстановлении справедливости, улучшении отношений и устранении отрицательных последствий совершенных действий.

Главным итогом восстановительной медиации являются восстановительные действия, такие как извинение, прощение и искреннее стремление возместить нанесённый ущерб. Задача медиатора состоит в том, чтобы помочь сторонам выразить глубину и сложность ситуации, в которой они оказались, а затем довести это понимание до каждого участника. Подобное осознанное понимание обстоятельств и последствий конфликта позволяет партнерам преодолеть дистанцированность и демонизирующие представления друг о друге, обретая способность обсуждать пути выхода из сложившейся ситуации.

Образно говоря, задача медиатора — построить своеобразную лестницу, двигаясь по ступеням которой участники постепенно приходят к осознанию своих чувств, мотивации, последствий своих действий и, наконец, находят силы и уверенность для исправления допущенных ошибок и восстановления отношений.

Каждая «ступенька» этой символической лестницы помогает участникам конфликта продвигаться вперед, раскрывая важные аспекты:

- осознание своих чувств и оснований своих действий. Участникам предлагается подумать о своих эмоциях и обстоятельствах, подтолкнувших их к определенным поступкам;
- понимание последствий своих действий для себя и окружающих. Такой этап необходим для оценки масштаба ущерба, нанесённого действиями, и выявления возможных путей возмещения вреда;
- определение своих потребностей, интересов и ценностей. Очень важно понять, какие ценности стоят за поступками, и какую роль они играли в формировании нежелательной линии поведения;
- принятие ответственности за произошедшие события и совместный поиск решений. Этот этап важен для выработки конкретных шагов по улучшению ситуации и устранения последствий инцидента;

- прочувствование и осознание чувств, нужд и интересов других участников ситуации. Подростки учатся ставить себя на место другого человека, рассматривая ситуацию с разных точек зрения;
- реализация восстановительных действий, направленных на возмещение нанесённого вреда и улучшение отношений между участниками конфликта.

Такой подход создает условия для воспитания у подростков культуры разрешения конфликтов ненасильственным способом, снижения вероятности повторения девиантных форм поведения и повышения их адаптивных возможностей в социуме.

Регулярное проведение восстановительной медиации в учреждении существенно увеличивает уровень личной зрелости и социальной компетентности воспитанниц.

Практический пример

Предшествующие обстоятельства

Настя и Наташа находятся в одной группе специального учебно-воспитательного учреждения. Между ними возникает серьезный конфликт, вызванный недопониманием и взаимными обидами. Настя распространяла слухи о Наташе, считая её виноватой в исчезновении личных вещей. Это привело к росту напряжённости в группе и ухудшению общей атмосферы.

Шаги восстановительной медиации

Шаг 1: Предварительные индивидуальные беседы

Социальный педагог проводит отдельные беседы с каждой участницей конфликта:

- Наташа: признаётся, что ей больно слышать несправедливые обвинения и слухи, возникшие вокруг неё. Она хочет восстановить справедливость и вернуть утраченное доверие группы.
- Настя: объясняет своё поведение страхом потери вещей и отсутствием понимания истинных обстоятельств. Осознаёт необходимость примирения, однако боится общественного осуждения.

Шаг 2: Открытая встреча сторон

При участии социального педагога обе девушки встречаются и высказывают свои чувства, опасения и пожелания:

- Наташа: заявляет о желании восстановить отношения и вернуться к нормальному общению в группе.
- Настя: признает необоснованность обвинений и готова принести искренние извинения.

Шаг 3: Выяснение глубинных причин конфликта

Девушки вместе с социальным педагогом проводят подробный разбор инцидента:

- причины появления слухов: недостаток внимания со стороны одноклассниц, низкая самооценка, эмоциональная нестабильность.
- последствия конфликта: ухудшение морального состояния обеих девочек, рост напряжения в коллективе.

Шаг 4: Формулировка плана действий

Совместно с психологом формулируем план восстановления отношений:

- создание условий для исправления последствий конфликта.
- разработка программы повышения уверенности подростков и развития коммуникативных навыков.
- активизация совместной творческой деятельности и формирование здоровой среды общения.

Шаг 5: Выполнение восстановительных мер

Организуем серию мероприятий:

- возмещение ущерба: открытое занятие по рукоделию, где девушки работают совместно.
- формирование позитивного восприятия: создание благоприятных условий для укрепления доверия и дружбы.
- развитие социальных навыков: тематические беседы по межличностным отношениям и способам эффективного общения.

Шаг 6: Оценка эффективности мероприятий

Финальная встреча включает обсуждение достижений:

- обе девушки публично заявили о восстановлении доверия и готовности поддерживать хорошие отношения.
- коллектив получил ценный опыт мирного урегулирования конфликтов и почувствовал улучшение группового духа.

Такой подход создаёт здоровую среду воспитания, развивает умение решать конфликты мирным путём и формирует ценности уважения и сотрудничества среди воспитанниц специального учебно-воспитательного учреждения.

Приемы восстановительной медиации представляют собой эффективный инструмент работы с подростками, подверженными девиантному поведению. Их внедрение способствует росту самосознания, принятию ответственности за свои поступки и развитию важных коммуникативных навыков. Основной задачей социального педагога является помощь подросткам в создании собственного опыта конструктивного разрешения конфликтов, позволяющего интегрироваться в здоровое социальное сообщество и исключить повторение прежних деструктивных моделей поведения.

СОЗДАНИЕ ГАРМОНИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ: РОЛЬ МЕДИАТИВНЫХ ТЕХНИК В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ И ИХ СЕМЬЯМИ

Заманова Светлана Мидхатовна, заведующий
социально-психологической и методической службы

Проблематика подросткового возраста включает множество социальных и поведенческих трудностей, нередко возникающих из-за недостатка внутренних опор и благоприятных моделей коммуникации. Особенно остро эта проблема проявляется у девушек-подростков, находящихся в специализированных учебно-воспитательных учреждениях. Такие девочки сталкиваются с кризисом личной идентификации, отсутствием

уверенности в будущем и сложностями в построении здоровых взаимоотношений с окружающими.

Работа с подростками требует комплексного подхода, учитывающего необходимость воздействия на внутреннюю установку и ценностные ориентации. Особенную сложность вызывает коррекционная работа без привлечения ближайшего окружения ребенка — родителей и близких родственников. Опыт демонстрирует, что изменение установок подростков становится возможным исключительно при условии тесного взаимодействия с семьей.

Чтобы закрепить позитивные достижения долгосрочного взаимодействия педагогов и воспитанников, особое внимание уделяется восстановлению и усилению детского семейного взаимодействия.

Основные направления работы включают:

обучение родителей восприятию чувств и потребностей ребенка, первоначально своих, а затем и ребенка;

предоставление пространства для откровенного выражения переживаний, где слова воспринимаются без осуждения и упреков;

использование опыта профессиональных посредников (медиаторов) для разрешения острых споров и выработки совместных решений.

Процесс начинается с подробного анализа сложившейся ситуации и сопровождается предварительной подготовкой с участием подростков и родителей. Онлайн-конференции, проводимые при посредничестве медиатора, обеспечивают прозрачность процесса и активное включение родителей в разрешение ключевых моментов, касающихся учебы, местожительства и взаимоотношений.

Традиционным стало проведение кругов сообщества с родителями, близкими родственниками, в ходе которых мы решаем несколько задач.

1. Для нас было важно, что семьи имеют различные истории жизни. Это разнообразие вносило свои перспективы, и помогало участникам в ходе встречи увидеть другую сторону жизни, лучше понять себя.

2. Воспитанницы нуждаются в поддержке со стороны родителей, им хочется верить в добрые отношения. Поэтому важно создание атмосферы, в которой они смогли почувствовать себя значимыми для родителей, обрести ощущение полноценности - «Я нужна, меня любят».

3. Мы понимаем, что и девочкам и родителям следует предоставить возможность рассказать о своем, о «своей правде», выразить свои чувства, возможно, даже не один раз. Понимаем, что они нуждаются в других участниках, чтобы вместе возможно даже поплакать и почувствовать сострадание. Ведь каждому важно, чтобы их правда была услышана и признана другими.

4. Изменить родителей за одну встречу не реально, мы каждый раз пытаемся научить их видеть и понимать ситуацию глубже поведения – на уровне состояний, чувств, отношений. Увидеть истинные потребности своих детей.

Задача ведущего - побуждать с помощью вопросов каждого участника внести некий вклад в обсуждение темы. Все ответы участников фиксируются на ватмане помощником ведущего, тем самым мы подчеркиваем – важен голос каждого, все в круге равны.



В начале общения, ведущие всегда задают вопрос участникам: Что важно для конструктивного диалога? Назовите что-то одно? Конечно, девочки не раз участвующие в подобных кругах первыми отвечают - уважение, искренность, желание услышать другого, выслушать. Это звучит

как напоминание самим себе, родители присоединившись – отмечают, возможность договорится, узнать друг друга снова или с другой стороны, честность. И только после этого ведущие, четко проговаривают правила круга с учетом высказываний участников, подчеркивая главное – каждый говорит о себе и своих чувствах, не обвиняя другого. Это позволяет вести выстроенный, организованный диалог.

На одном из таких кругов, посвященных семейным отношениям отвечая на вопрос, одна из сестер нашей воспитанницы, сказала: «Я хочу, чтобы в моей семье все были здоровы». «А для чего тебе это нужно?» - уточнил ведущий. Молчание... «Потому что я их люблю». «А ты можешь сейчас повернуться к своим родителям, сестрам (называя их по имени) и сказать им об этом?» Как важно было для нашей воспитанницы, для родителей услышать эти слова. В процессе общения, мы всегда стараемся повернуть участников друг к другу лицом.

На вопрос: «Как Вы думаете, почему ваша дочь уходила из дома? Что Вы чувствовали в тот момент?» Для девочек было привычным услышать: «злость», «раздражение» и неожиданностью услышать ответ: «свою вину». Ведущий продолжил: «Как вы думаете, ситуацию можно изменить? «Вы можете сейчас, обратится к своей дочери по имени и объяснить, почему такой ситуации больше не будет, что вы измените, чтобы не чувствовать вины?» И у девочки тут же пропало желания защищаться, она сама в ответ, готова была признать свою ошибку и попросить прощения. Это всегда очень трогательно. Ведущие постоянно стремятся поощрять согласие и взаимодействие участников.



Открытый, искренний разговор, осознание своих действий и поступков помогает участникам круга посмотреть друг другу в глаза без обиды, страха и унижения. В ходе общения меняются лица участников, они сопереживают друг другу, сочувствуют. Проживая на себе все чувства круга, участники увеличивают ресурс своей внутренней опоры. На таких встречах раскрывается вера в близкого человека, в его здравый смысл, появляется надежда - «мы справимся!».

Эти сценарии показывают, как медиативный и восстановительный подходы способны трансформировать непростые отношения, восстанавливая доверие и улучшая качество социальной среды вокруг подростка.

Постоянное внедрение медиативных подходов и восстановительных технологий значительно повысило эффективность образовательного процесса в учреждении. Отмечено сокращение конфликтных ситуаций среди обучающихся. Повышение конфликтной компетентности педагогов и подростков положительно влияет на социальную интеграцию и дальнейшее благополучие выпускников.

ПРИМЕНЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ КОНФЕРЕНЦИЙ В СПЕЦИАЛЬНОМ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАКРЫТОГО ТИПА ДЛЯ ДЕВУШЕК-ПОДРОСТКОВ.

Татьяна Викторовна Фомина, педагог-психолог

Девиантное поведение подростков часто связано с неблагоприятной обстановкой в семье, недостатком родительской заботы и контроля. Именно поэтому особую значимость приобретают образовательные и воспитательные мероприятия, направленные на сохранение и восстановление детско-родительских отношений.

Семейные конференции становятся важным инструментом профилактики правонарушений и коррекции поведения несовершеннолетних. Они помогают наладить взаимодействие между

семьей, ребёнком и образовательным учреждением, позволяя разработать индивидуализированные планы воспитания и поддержки девушки - подростка.

Семейные конференции представляют собой особый инструмент, позволяющий объединить усилия педагогического коллектива учреждения, саму воспитанницу и её ближайшее окружение — родителей и родственников. Основной целью таких мероприятий является формирование продуктивного сотрудничества между взрослыми и подростком, обеспечение необходимой поддержки и создание условий для эффективного воспитания в рамках уникальной траектории развития каждого подростка.

Благодаря подобным конференциям девушка-подросток чувствует себя услышанной и понятой, обретает уверенность в поддержке со стороны взрослых. Родители осознают свою ответственность и принимают конкретные меры по улучшению ситуации. Координация усилий педагогов, специалистов и семьи делает семейные конференции эффективным инструментом профилактики и коррекции девиантного поведения у девушек-подростков.

Что же представляют собой семейные конференции и почему они столь эффективны?

Во-первых, они создают площадку для открытого диалога, в котором участвует обучающаяся, ее родители, а также обученный специалист службы медиации учреждения. Подобный формат обеспечивает конструктивную обратную связь и даёт возможность увидеть и учесть специфику конкретной ситуации. Работа в таком формате позволяет сформировать персональный подход к поддержке воспитанницы и разработке индивидуального плана коррекции поведения.

Во-вторых, семейные конференции способствуют повышению осведомлённости родителей о текущих проблемах подросткового возраста и их влиянии на жизнь ребёнка. Осознавая сложность ситуации, взрослые

могут осознанно пересмотреть собственные установки и способы реагирования на происходящее, применяя новую стратегию воспитания.

Наконец, такие мероприятия служат мощным ресурсом поддержки самих подростков, создавая вокруг них защитную оболочку доброжелательности и заинтересованности окружающих. Поддержка близкого взрослого становится залогом успешной интеграции подростка в социум и снижения вероятности возникновения повторных случаев антисоциального поведения.

В данных программах медиатор учреждения собирает членов семьи и родственников, обращаясь к традициям коллективного принятия решений, настраивает участников на конкретные шаги по оказанию помощи ребенку, и это создает возможность конструктивного преодоления чувства стыда. Например, если мать ребенка страдает алкогольной зависимостью, обсуждается не ее личная ситуация, ее не пытаются «воспитывать», а обсуждается вопрос о том, что может семья сделать в этой ситуации для ребенка, и что делать, чтобы ребенок не был изъят из семьи. Осуществляя подготовку родственников к семейному совету, специалисты ставят своей основной целью не изменить людей и их жизненные обстоятельства, а способствовать восстановлению отношений между ними с помощью постановки основного вопроса Семейной конференции, связанного с необходимостью принятия решения в интересах благополучия ребенка. Функция специалистов в Семейной конференции заключается в том, чтобы создать уникальные и подходящие для данного случая конфигурацию людей и условия для лично окрашенной коммуникации, помогающей самим участникам Семейной конференции принять решение по исправлению ситуации. Специалисты помогают состояться ценным для человеческого сообщества восстановительным действиям: заглаживанию вреда, раскаянию, осознанию, прощению, планированию своего будущего, восстановлению отношений и опеки над детьми - действиям, которые в силу определенных обстоятельств (например, травмы, обиды или болезни) люди без посторонней

помощи порой сделать не в состоянии. Поэтому в такой ситуации важно участие нейтральных ведущих, профессиональные действия которых позволяют принять решения участникам конференции в интересах сохранения ребенка в кровной семье или под опекой родственников. Семейные конференции проводятся специалистами службы медиации в учреждении с целью оказания воздействия на того или иного ребенка в случае его девиантного поведения или низкой успеваемости.

Основные цели семейной конференции:

- Объединение усилий педагогов, психологов, органов опеки и родителей для комплексного рассмотрения ситуации, касающейся девиантного поведения девушки - подростка.
- Укрепление контактов между семьей и учащимся, повышение уровня доверия и взаимодействия.
- Создание условий для осознания родителями собственных ошибок и слабостей, препятствующих нормальной социализации подростка.
- Проработка комплекса мер, обеспечивающих выход из кризиса и постепенное исправление негативных тенденций в поведении.

Формы проведения семейных конференций:

- Очная встреча (offline)
- Традиционная форма, проходящая непосредственно в стенах учреждения. Ее преимущество — живое общение, возможность наглядно оценить обстановку и реакции участников.

Онлайн - встреча (online)

Используется в случае невозможности присутствия отдельных участников (например, если родители проживают далеко). Технологии видеосвязи позволяют вести полноценное обсуждение, сохраняя достоинство





и конфиденциальность всех сторон.

Положительные эффекты семейных конференций:

- Активизация внутренней мотивации подростка к изменениям и саморазвитию.
- Оздоровление микроклимата в семье, укрепление связей между членами семьи.
- Рост профессиональной компетентности педагогов и специалистов по работе с девиантным поведением.
- Увеличение количества случаев социально положительного исхода ситуации.

Опыт показывает, что проведение семейных конференций способствует глубокому взаимодействию и укрепляет связь между семьёй и воспитанницей, повышая качество воспитания и образования в целом. Учреждения закрытого типа играют важную роль в жизни несовершеннолетних, обеспечивая безопасность и стабильность. Но лишь совместное участие семьи и специалистов способно добиться положительных изменений в развитии и становлении личности ребёнка.

Таким образом, внедрение практики семейных конференций в специальное учебно - воспитательное учреждение закрытого типа позволяет существенно расширить горизонты воспитательной работы, способствует гармонизации детско - родительских отношений и создаёт оптимальные условия для полноценного личностного роста и социальной адаптации подростков. Использование данного инструмента не только уменьшает

количество рецидивов девиантного поведения, но и укрепляет семью как ключевой ресурс для формирования здоровой личности, обеспечивая новый качественный уровень в работе учреждений закрытого типа.

ИЗВИНИТЕЛЬНЫЕ ПИСЬМА КАК СРЕДСТВО ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ В ИШИМБАЙСКОМ СУВУ

Мазитова Айгуль Минниязовна, воспитатель

В современном обществе остро стоит задача разработки эффективных методов воспитания и коррекции поведения подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Одним из перспективных инструментов является практика написания извинительных писем, применяемая в учреждении в рамках реализации практики «Шаги к восстановлению».

Методика написания извинительных писем уходит корнями глубоко в историю педагогики и социальной работы. Первоначально такая форма коммуникации использовалась в семье и школе как способ примирения и восстановления утраченного доверия.

Практику извинительных писем начали применять в Ишимбайском специальном учебно-воспитательном учреждении в рамках реализации практики «Шаги к восстановлению», поддержанной Благотворительным фондом «Абсолют-Помощь».

Анализ результатов внедрения показывает, что использование извинительных писем положительно влияет на поведение и эмоциональное состояние воспитанниц. Среди основных преимуществ выделяются:

- развитие чувства ответственности за собственные поступки;
- формирование навыков самоанализа и самооценки;
- улучшение коммуникативных способностей;
- укрепление взаимного доверия между обучающимися и сотрудниками учреждения.

Кроме того, написание извинительных писем помогает молодым людям осознавать последствия своих действий и овладевать конструктивными формами выражения сожаления и раскаяния.

Приведем конкретные примеры ситуаций, в которых данная практика показала свою значимость:

Пример 1. До поступления в специализированное учебное заведение Ольга переживала серьезные семейные проблемы. Она чувствовала себя непонятой матерью, хотела больше самостоятельности и свободы, однако мать, пытаясь контролировать дочь жесткими методами наказания, лишь усугубляла ситуацию. Девочка прекратила общение с матерью, регулярно сбегала из дома в знак протеста против ограничений. Попав в Ишимбайское СУВУ, она получила предложение написать маме извинительное письмо. Психологи помогли ей сформулировать мысли и переживания таким образом, чтобы они звучали уважительно и открыто. Получив письмо, мать также ответила своей дочери, объяснив свои тревоги и опасения. Обмен письмами стал началом постепенного улучшения взаимопонимания и сближения матери и дочери.

Пример 2. Между двумя воспитанницами возник серьезный конфликт, приведший к размолвке и прекращению дружбы. Под руководством воспитателей обе девочки обменялись извинительными письмами, что помогло вернуть доверие и укрепить понимание ценности дружеских связей.

Эти истории подчеркивают важность письменной формы самовыражения для подростков, сталкивающихся с непростыми жизненными ситуациями.

Применение извинительных писем способствует развитию важных компонентов личностного роста и социализации, включая повышение уровня самоконтроля, развитие способности решать конфликты мирным путем, осознание ценности здоровых межличностных отношений и подготовку к будущей самостоятельной жизни.

Опыт применения извинительных писем в Ишимбайском СУВУ доказал их высокую эффективность в качестве метода восстановительной практики. Эта техника позволяет подросткам формировать важнейшие жизненные навыки, развивает способность нести ответственность за свои поступки и создавать гармоничные взаимоотношения с окружающим миром.

«КРУГ»: ПРОСТРАНСТВО ДОВЕРИЯ И ОБЩИХ ЦЕННОСТЕЙ

Кинзягулова Ленура Ишбулдовна, воспитатель, медиатор

Круг сообщества — удобная и почти универсальная форма восстановительной медиации, которая дает широкие возможности работы с коллективом детей или взрослых. Это одна из восстановительных практик, доступная и сравнительно несложная в подготовке. Основана эта технология на древних традициях, когда вопросы решались в кругу старейшин. Достаточно вспомнить хотя бы рыцарей Круглого стола. В этой статье я хотела бы поделиться своими впечатлениями, своим видением этой практики.

Круг — символ равенства. Тут никто не может спрятаться на задней парте. Нет первых и последних. Тут все вместе и все равны, каждый может быть услышан, может высказать свою точку зрения для того, чтобы совместно найти правильное решение.

В нашей жизни всё подчиняется каким – либо правилам, Круг сообщества не исключение. Это не просто беседа. Это беседа по правилам. Если обходиться без них, получим не "круг", а базар, когда все говорят в один голос, перебивая друг друга. Такие действия приведут ни к решению проблемы, а к усилению конфликта. Поэтому необходимо сразу сообщить участникам правила Круга.

Темой обсуждения на Круге могут быть любые вопросы, как-то связанные с жизненными ценностями, с моралью, с духовными запросами, с

конфликтной ситуацией в коллективе и т.п. Кроме того, очень важно присутствие в Круге ведущего и символа слова. Умелый и опытный ведущий способен создать такую атмосферу в Круге, что каждый участник будет чувствовать себя очень комфортно во время беседы и будет готов открыто и откровенно выражать своё мнение на тот или иной вопрос раундов. Очень важно, чтобы ведущий был внимателен и чуток к любой эмоции участников, чтобы в моменты эмоциональных всплесков он смог своими «поглаживающими» фразами, которые смогут смягчить негативный настрой или неприятные воспоминания говорящего, вовремя поддержать участника и помочь остальным членам Круга выразить эмпатию и поддержку в адрес эмоционально нуждающегося. Что касается символа слова, то это не просто предмет, который передается по кругу, чтобы обозначить говорящего. Он защищает говорящего от вмешательства других членов Круга (т.к. только имеющий символ слова может говорить в Кругу), успокаивает, снимает волнение выступающего через тактильный контакт. Символ слова передают в одном направлении по кругу и по часовой стрелке, следуя движению солнца (так делают в общинах большинства коренных народов). Нельзя бессистемно передавать символ слова туда - сюда, необходима преемственность в его передаче по кругу, что дает шанс высказаться всем участникам. Таким образом, у участников Круга создается привычка слушать до своего выступления и после него.



В качестве примера я хотела бы рассказать о Круге, который был посвящён теме «Роль наставника в жизни подростка». Беседа сложится качественно, если среди участников будут как опытные волонтеры-медиаторы, так и новички. Для снятия напряжения в начале мероприятия можно провести игры, например, «Приветствие -комплимент». а для обсуждения могут быть предложены следующие вопросы раундов:

1) Был ли в вашей жизни значимый взрослый, который оказал на вас самое большое положительное впечатление и чем именно он помог вам?

2) Какую роль в вашей жизни играют педагоги в нашем учреждении?

3) Как сегодняшний разговор может повлиять на взаимодействие с взрослыми, в том числе с родителями в дальнейшем?

Мероприятие можно завершить написанием виртуальной «Книги жизни», куда каждый участник Круга «запишет» самые лучшие качества значимого педагога для дальнейшего формирования их в себе.

Таким образом, Круг поддержки – это важный формат общения, который способствует формированию в коллективе открытости и взаимопонимания. Подобные встречи играют ключевую роль в развитии навыков конструктивного, доброжелательного, доверительного общения между воспитанницами и взрослыми, что в конечном итоге способствует более гармоничному развитию личности и успешной социализации в обществе.

ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ И ПЕРЕФРАЗИРОВАНИЕ В КОНФЛИКТАХ

Гумерова Зульфия Рамисовна, педагог-психолог

Конфликты случаются у всех, и это нормально. Главное — уметь разрешать их спокойно и конструктивно.

Представьте такую ситуацию: у вас возникли серьёзные разногласия с коллегой, соседом или близким человеком. Чтобы решить проблему, полезно

задать правильные вопросы и постараться услышать вторую сторону. Вот тут-то и приходят на помощь два полезных приёма: открытые вопросы и перефразирование.

Зачем нужны открытые вопросы?

Вопросы бывают разными. Одни позволяют дать только короткие и прямые ответы («Да» или «Нет»), другие — длинные и раскрывающие всю картину. Во втором варианте дело движется гораздо быстрее. Почему?

Во-первых, они заставляют говорить больше. Человек задумывается и рассказывает подробности. А ведь именно подробности часто решают судьбу любого конфликта!

Во-вторых, открытые вопросы показывают твоё желание понять другого человека. Ты проявляешь внимание и искреннюю заинтересованность.

Например, вместо «Почему ты опять сделал не так?» спроси: «Расскажи, что именно тебя смутило в моём поручении?» Сразу чувствуется разница в подходе, не правда ли?

Вот ещё несколько примеров открытых вопросов:

Что именно вызвало твои сомнения?

Какой вариант решения тебе кажется лучшим?

Как думаешь, что могло бы улучшить нашу ситуацию?

Что такое перефразирование и зачем оно нужно?

Еще один важный прием восстановительной медиации - перефразирование. Представим, что ваш собеседник сказал какую-то фразу, которая звучит обидно или непонятно. Можно сразу возмутиться, а можно сначала попытаться понять, что он имел в виду.

Вот как это работает: вы повторяете основную мысль другим языком, сохраняя смысл. Например:

Собеседник: «Меня достало, что ты вечно задерживаешься!» Вы перефразируете: «То есть тебе важно, чтобы встречи проходили вовремя?»

Перефразирование даёт несколько плюсов:

Оно успокаивает разговор. Оппонент видит, что его слышат и понимают.

Помогает точнее понять намерения другого человека.

Предлагает подумать обо всём заново и взглянуть на ситуацию иначе.

Так, конфликт постепенно перерастает из горячего противостояния в спокойный диалог, где ищут совместное решение.

Итак, чтобы научить наших воспитанниц эффективно справляться с конфликтами, их нужно научить:

- использовать открытые вопросы. Так воспитанницы смогут выяснить настоящую причину несогласия и обсудить проблему детально.

- применять перефразирование. Этим девушки смогут показать окружающим, что прислушиваются к ним и понимают их.

Эти приёмы действительно работают и делают любые споры менее болезненными и более полезными.

РАЗДЕЛ 2

ИСТОРИЯ НАШЕГО ЗНАКОМСТВА С МЕДИАЦИЕЙ: ЛИЧНЫЙ ОПЫТ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

ИСКУССТВО РАЗРЕШАТЬ КОНФЛИКТЫ: МОЙ ОПЫТ ИЗУЧЕНИЯ МЕДИАЦИИ

Надежда Белякова, юный медиатор

Медиация – это способ разрешения конфликта, в котором нейтральная третья сторона (медиатор) помогает сторонам перейти к взаимовыгодному соглашению.

С медиацией я познакомилась, приехав в Ишимбайское СУВУ. Ранее ничего не слышала о ней. Меня включили в «Группу равных», и я начала постигать азы медиации.

На первом занятии я думала: что это такое? И зачем мне это нужно? Но, глядя на руководителя этого проекта, которая с такой любовью и с таким интересом рассказывала на вводном уроке про то, что такое медиация и кто такой медиатор, я заинтересовалась этим. На втором занятии мы познакомились с пирамидой Маслоу и узнали о потребностях человека (физиологических, безопасности, любви и принятии, уважении и признании), а также о том, какие чувства испытывает человек, когда эти потребности нарушаются. В тот момент мне многое стало понятно. Теперь я понимаю, почему человек ведет себя определенным образом в конкретной ситуации.

С этого самого момента я начала применять медиацию на практике и задумываться о чувствах других. В группе я одна из самых старших девочек (мне 17 лет). Медиация меня научила тому, что все люди разные и одну ситуацию видят с разных сторон. Нужно уметь договариваться, выход есть из любой ситуации, что ссора — это не только негативные эмоции, но в первую

очередь это возможность. Я научилась слушать, слышать и вставать на сторону другого человека.

Когда в нашей группе происходит конфликт между девочками, я стараюсь помочь решить его мирным путём, не занимая ни чью сторону (ведь это самая главная черта медиатора), разобраться, в чём проблема, и дать возможность девочкам сохранить лицо и договориться между собой. Ведь у каждой девочки свой характер и индивидуальные особенности. Жить в большом коллективе очень сложно, и в эти самые моменты помогает медиация.

Хотелось бы привести один из примеров (имена изменены).

В нашем коллективе произошла ситуация буллинга среди девочек 7-го и 8-го классов, объединившись, они позволяли себе обзывать, толкать и говорить неприятные вещи в адрес Оли. В очередной раз в школьной раздевалке девочки вновь позволили себе оскорблять и унижать Олю, но в этот момент зашла Светлана Витальевна и заметила и остановила эту ситуацию, мы начали разбирать ситуацию. В этом нам помог круг сообщества. Собравшись все вместе, девочки смогли высказаться и выслушать, какие чувства испытывала Ольга в те минуты, когда её обижали и унижали.

На данный момент я продолжаю заниматься в «Группе равных». И я уверена, что после выпуска из учреждения эти знания, которые получу по медиации, очень помогут мне в дальнейшем бесконфликтно выходить из ситуаций в колледже, в общении с однокурсниками и в дальнейшей работе.

Очень хочется, чтобы мои сверстницы побольше узнали о медиации и применяли её принципы в повседневной жизни. Это замечательно — уметь управлять своими эмоциями, действиями и чувствовать переживания другого человека.

Изучайте медиацию! Медиация — это действительно круто!

ОТ КРИКОВ К ПОНИМАНИЮ: МОЙ ПУТЬ В МЕДИАЦИИ

Елизавета Калиенко, участница «Группы равных»

Заниматься медиацией я начала случайно. Раньше думала, что конфликты легко решить криком или грубостью, но всё оказалось сложнее. Очень захотелось стать круче и умнее, научиться общаться с людьми и решать любые недопонимания. Так я пришла в школу юного медиатора.

Сначала было тяжело: приходилось сдерживать эмоции, смотреть на конфликт чужими глазами. Зато теперь я понимаю, почему важно слушать и разбираться, а не сразу обвинять кого-то.

Ещё я поняла, что нужно постоянно расти и совершенствоваться. Настоящий медиатор умеет сохранять спокойствие и ясно мыслить даже в сложных ситуациях. Вот что я усвоила:

— Надо учиться слушать внимательно, ловить главные моменты разговора.— Важно уметь остановиться и подумать перед ответом.— Главное — оставаться спокойной, даже если ситуация накаляется.

И ещё важный урок я получила лично. Часто ссорилась с близкими и подругами, чувствуя себя чужой среди своих. Потом попала в круг поддержки, где научилась честно рассказывать о своих чувствах и переживаниях. Тогда поняла важную штуку: конфликты не решают громкими словами или угрозами. Только честный разговор и старание понять другого делают жизнь легче и приятнее.

Так что медиацию советую попробовать каждому, особенно нам, подросткам. Потому что умение договариваться сильно облегчит нашу жизнь.

Я - СООБЩЕНИЕ: СЕКРЕТ УСПЕШНОГО ОБЩЕНИЯ

Хакимова Э., участница «Группы равных»

Я обычный подросток, который учится правильно общаться с окружающими. Но однажды я узнала о волшебном приёме, который

называется «Я-сообщение». Теперь я уверена, что оно способно сделать наше общение гораздо приятным и доброжелательным.

Что такое Я-сообщение?

Я-сообщение — это форма выражения чувств и мыслей, при котором я говорю о собственном восприятии ситуации, а не обвиняю другого человека. Оно строится по формуле:

1)Я + Чувство + Причина;

Пример: «Я расстраиваюсь, когда вижу беспорядок в группе, потому что мне важно находиться в чистой и уютной обстановке».

Таким образом, наши девочки, слышат мои переживания, а не обвинения. Они воспринимают сказанное не как критику, а как искреннюю просьбу или пожелание.

Когда я высказываюсь, используя Я-сообщение, я показываю уважение к другому человеку. Это предотвращает конфликты и сохраняет хорошие отношения.

Общаясь таким образом, я даю другим людям возможность услышать и понять мои чувства. Например, фраза «Я злюсь, когда приходится ждать долго» звучит мягче и понятнее, чем обвинение «Вы вечно заставляете меня ждать!» эта техника развивает умение ясно выражать свои желания.

Для себя я решила, что медиация нужна в дальнейшем, чтобы уметь общаться с людьми. Попробуйте и убедитесь сами!

АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ

Патрина Влада, юный медиатор

Знаете, я недавно узнала классную штуку, которая реально помогает наладить общение! Если честно, раньше думала, что разговорить кого-нибудь и услышать друг друга – это вообще невозможно, особенно когда дело касается конфликтных ситуаций. Но оказывается, есть крутая техника, которую используют настоящие профи-медиаторы.

Итак, представьте себе ситуацию: два человека поссорились и не могут договориться. Тут приходит третий человек – медиатор, который абсолютно нейтрален и хочет помочь им найти общий язык. Именно так работает медиация – специальный метод разрешения споров, когда две стороны садятся вместе и пытаются достичь соглашения. Конечно, сделать это непросто, потому что оба хотят выиграть, но тут вступает медиатор и направляет процесс так, чтобы получилось решение, выгодное обоим!

Одна из главных фишек медиатора – активное слушание. Медиатор не просто молча сидит и кивает, он активно участвует в беседе. Например, когда собеседник рассказывает свою историю, медиатор смотрит прямо в глаза, слегка наклоняется вперед и иногда мягко кивает головой, показывая, что внимательно слушает. Или возьмем технику ПЛЯП – это когда медиатор переспрашивает: «Правильно ли я тебя поняла?» и пересказывает услышанное своими словами. Ты удивишься, насколько сильно такое простое действие сближает участников спора!

Еще один классный приемчик – отражать эмоции. То есть повторять вслух то, что чувствует сам участник. Скажем, девочка плачет и жалуется, что ее обидели одноклассницы. Медиатор скажет примерно так: «Похоже, тебе было очень больно слышать это...». Такая фраза сразу снимает напряжение и заставляет человека почувствовать, что его поняли и приняли всерьез.

Кроме того, медиатор любит задавать открытые вопросы вроде: «Почему это случилось?» или «Расскажи подробнее...» Такие вопросы позволяют человеку раскрыться больше и показать свою точку зрения полностью. А если вдруг появляется какая-то непонятка, медиатор аккуратно проверит: «Так значит, ты имел в виду вот это?»

Также есть интересный прием – резюмирование. Участники рассказали кучу всего важного, а потом заблудились в собственных мыслях. Тогда медиатор берет инициативу и коротко напоминает: «Итак, давайте подведем итог: первая проблема была такая-то, вторая – такая-то...».

Иногда бывает полезно выдержать небольшую паузу после того, как кто-то высказался. Да-да, просто помолчать немного! Знаете почему? Потому что тишина дает шанс каждому хорошенько подумать и собраться с мыслями перед следующим ходом.

Есть еще классный трюк – самораскрытие. Допустим, один участник сомневается, сможет ли доверять другому. Тогда медиатор делится собственным опытом: «Представляете, однажды со мной тоже произошла похожая ситуация...». Таким образом, создается атмосфера доверия и взаимопонимания.

Главная задача медиатора – оставаться непредвзятым и объективным. Нельзя вставать ни на одну сторону, иначе никто не поверит, что решение справедливо. Только сохраняя нейтралитет, медиатор может создать атмосферу, где каждый чувствует себя защищенным и уверенным.

Вот так и работают профессионалы своего дела, используя техники активного слушания и прочие хитрости. Теперь, когда я узнала об этом, постараюсь применить их в своей жизни! Ведь любое разногласие можно превратить в повод для улучшения отношений, правда ведь?