

**Программа внеурочной деятельности
«Я-медиатор»**

Направленность программы - социальная

УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБОУ СОШ № 75 на 2022-2023 учебный год.

№	Наименование курса	Кол-во групп всего	Кол-во часов всего	Кол-во часов на группу в неделю
11А	«Я-медиатор»	1	35	1

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Периодичность занятий – 1 раз в неделю по 1 часу, 35 часов в год, 365 недель. Занятия групповые: по 10-12 человек в группе

Адресность: обучающиеся 11 класса

Общая характеристика курса

В школе, где обучаются несовершеннолетние из разных социальных слоев, неизбежно возникает много конфликтов, противоречий, проявлений напряжения и агрессии. Если к этому добавить максимализм подросткового возраста и борьбу за свой статус – то получается «гремучая смесь», разбираться с которой приходится администрации школы. Но на данную ситуацию можно посмотреть и с другой стороны.

Поскольку в школьной жизни, в настоящее время, по данным исследований, одной из причин понижения эмоционального состояния педагогов и снижения значимости самой профессии являются школьные конфликты (на разбор которых порой уходит большая часть внеучебного времени педагога), мы считаем нужным ввести в школе службу примирения, которая будет заниматься большей частью решения этих самых конфликтов и тем самым освободит педагогов от некоторых стрессовых ситуаций и даст возможность установить между субъектами образовательного процесса отношения, основанные на понимании другого человека (будь то педагог или ученик). Работать в службе примирения школьными медиаторами будут обучающиеся уровня среднего общего образования, прошедшие подготовку по программе «Юный медиатор».

Цель программы: повышение у обучающихся уровня толерантности к фрустрации, т.е. адекватных возможностей, порога реагирования на неблагоприятное воздействие (устойчивости) со стороны всех участников учебно-воспитательного процесса: сверстников, учителей, родителей в рамках обучения работе медиаторами с целью дальнейшего посредничества в оказании помощи сверстникам, попавшим в конфликтную ситуацию.

Задачи:

- Формировать ценности и ориентацию на здоровый образ жизни;
- Повышать адаптивность обучающихся, исходя из их социального опыта, возможностей и психического состояния;
- Формировать позитивные отношения подростка к самому себе и окружающему миру в прошлом, настоящем, будущем;
- Развивать коммуникативные, интерактивные и перцептивные стороны общения с целью предупреждения возникновения коммуникативных барьеров;
- Расширить круг видения проблемы за счет мнений других;

- Развить способности к адекватной оценке фрустрационной ситуации и умения находить конструктивные пути выхода из нее;
- Обучить приемам снятия эмоционально-волевого напряжения;
- Развить терпимость к различным мнениям и адекватной оценке поведения людей и событий;
- Формировать готовность в оказании помощи сверстникам по разрешению конфликтных ситуаций.

Структура Программы:

1-й блок– диагностический (комплектование тренинговой группы, выявление лидеров).

2-й блок– теоретический с элементами практики (знакомство с понятиями конфликта, спора, дискуссии. Изучение правил ведения спора, причин, видов и стадий протекания конфликта, стратегии поведения в конфликтной ситуации и пр. Подростки на практике учатся находить адекватные выходы из предлагаемых тренером часто встречающихся конфликтных ситуаций в подростковой среде по ранее собранной проблематике)

3-й блок– отработка навыков ведения медиативных процедур.

Ожидаемые результаты:

- сформированные представления участников о медиации и этапах работы медиатора, специфики конфликтов;
- умение участников дифференцировать случаи, подходящие для медиации, анализировать конфликтные ситуации, моделировать и рефлексировать собственную деятельность в качестве медиатора, опираясь на соблюдение принципов и стандартов восстановительной медиации;
- устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;
- в совместной деятельности чётко формулировать цели группы и позволять её участникам проявлять собственную энергию для достижения этих целей.
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

Содержание курса

I Блок. Введение. Мы – медиаторы!

Знакомство обучающихся с процедурой, принципами и целями медиации.

Расширение представлений подростков о содержании работы медиатора.

Выполняются упражнения «Ожидание», «Бутылка с Пиратского корабля», «Интервью».

II Блок. Прикладная конфликтология.

Расширение представлений о психологической сущности конфликта.

Упражнения «Конфликт по буквам», «Снежинка» Расширение представлений о причинах конфликта.

Упражнения «Если конфликт это ...», составление памятки «Правила бесконфликтного общения».

Расширение представлений о возможностях управления конфликта на основе анализа противоречий. Упражнения «Армрестлинг», групповое проигрывание конфликта.

III Блок. Технологии медиации.

Формирование представлений о структуре медиации.

Работа в малых группах: знакомство с этапами медиации.

Работа в малых группах: анализ кейсовых ситуаций.

Создание условий для выявления закономерностей эффективной коммуникации и формирования навыков ее осуществления.

Упражнение «Бинго-Формуляр» Формирование представлений о роли чувств в жизни человека. Формы проживания чувств. Разъяснить, что такое «Эмоция», учить детей управлять своими эмоциями, рассказать о влиянии положительных и отрицательных эмоций на организм

человека; Создать условия для формирования умения анализировать собственное эмоциональное состояние.

Тест «Ваши эмоции», упражнения «Польза и вред эмоции». Игры и упражнения на развитие вербальных и невербальных способах общения.

Создание условий для выявления закономерностей эффективной позиции слушателя и формирование навыков ее осуществления.

Упражнение «Умею ли я слушать», мини-лекция «Техники активного слушания», отработка навыков активного слушания. Создание условий для выявления и анализа барьеров в общении. Упражнение «Роли», работа в парах «Условия бесконфликтного общения, упражнение «Барьеры» Игры и упражнения как метод обучения разрешения конфликта. Создание условий для поддержания мотивации к освоению навыков медиации школьных конфликтов. Групповые медиации. Создание условий для освоения технологии организации медиации. Упражнение «Приветствие», работа в малых группах, «упражнение «Разговор». Создание условий для освоения технологии основного этапа медиации. Упражнения • «Крест-параллель», «Карта конфликта», работа в малых группах, упражнения «Выход из контакта», «Волк и семеро козлят». Создание условий для рефлексии потенциальных трудностей в процессе медиации и • возможностей их преодоления. Упражнение «Ответ без размышления», «Шапка вопросов», «Рецепт хорошей медиации».

IV Блок Мотивационное решето. Создание условий для рефлексии собственных личностных качеств, значимых для выполнения функций медиатора. Упражнения «Качества медиатора», «Рассказ от имени предмета», «Мотивация медиатора».

V Блок Итоговый блок. Контроль достижений, создание условий для рефлексии участниками собственных успехов. Итоговая викторина: проверяем теоретическую и практическую подготовленность.

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Всего, час	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1	Мы – медиаторы! - 2 часа				
1.1	Вводный урок. Что такое медиация?	1	1		Участие в беседе. Просмотр видеофрагментов, дискуссия
1.2	Медатор – это круто!	1	1		Дискуссия, знакомство с представителями ШСП
2.	Диагностический этап – 4 часа				
2.1	Как я реагирую на сложности?	1	1		Опросник Басса-Дарки для диагностики агрессивных и враждебных реакций
2.2	Мой стиль поведения в конфликте	1	1		Тест Томаса-Килмена для определения доминирующей модели поведения в

					конфликтной ситуации
2.3	Как я веду переговоры?	1	1		Диагностика выявления особенностей ведения переговоров
2.4	Какой я?	1	1		Тест «Рука» для исследования особенностей личности
3.	Эмоции – 7 часов				
3.1	Особенности эмоционального общения.	1			Тренинг положительного эмоционального контакта
3.2	Как развить навыки самообладания при общении с неприятными вам людьми	1	1		Игровые ситуации
3.3	Эмоции и чувства	1	1		Дискуссия, элементы тренинга
3.4	Психические состояния и их свойства	1		1	Участие в беседе, просмотр видеофрагментов
3.5	Как управлять своим состоянием и как его изменить	1			Игровые ситуации
3.6	Стресс	1	1		Отработка навыков стрессоустойчивого поведения
3.7	Трудные ситуации и развитие	1	1		Участие в беседе, просмотр видеофрагментов, обсуждение
4.	Невербальная коммуникация – 5 часов				
4.1	Что такое невербальная коммуникация?	1	1		Дискуссия, элементы тренинга

4.2	Зоны общения	1	1		Участие в беседе
4.3	Жесты руками	1	1		Игровые ситуации
4.4	Жесты кистями и руками	1	1		Дискуссия, элементы тренинга
4.5	Мошенничество, сомнение, ложь	1	1		Игровые ситуации
5.	Толерантность – 4 часа				
5.1	Понятие толерантности	1	1		Участие в беседе
5.2	Толерантная личность	1	1		Игровые ситуации
3.3	Границы толерантности	1	1		Дискуссия, элементы тренинга
5.4	Барьеры в общении	1	1		Игровые ситуации
6	Конфликты – 6 часов				
6.1	Понятие «конфликт»	1	1		
6.2	Основные стадии протекания конфликта.	1	1		
6.3	Основные стратегии поведения в конфликтной ситуации	1		1	
6.4	Взаимодействи в конфликте	1	1		
6.5.	Самоконтроль в общении.	1		1	
6.6	Анализ и разрешение конфликтных ситуаций	1		1	
5.	Миру – мир! 4 часа				

5.1	Акция «В мире со всеми»	1		1	Проведение флешмоба в школе
5.2	Классные часы «Мост дружбы»	2		2	Подготовка и проведение тематических классных часов
6.	В кругу друзей – 2 часа				
6.1	Чему мы научились?	1	1		Заполнение анкет. Формирование состава школьной службы примирения
6.2	Так кто же вы такие, школьные медиаторы?	1	1		Оформление стенда «Юные медиаторы»
Итого: 35 часов					

Система оценки достижения результатов внеурочной деятельности.

№	Фамилия Имя	Значение специальных терминов и понятий.	Участие в тренингах, конференциях	Организация флешмобов	Поведение процедур

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813634

Владелец Седых Ирина Ивановна

Действителен с 29.03.2023 по 28.03.2024