**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

**«Ишимбайское СУВУ ЗТ»**

**г. Ишимбай Республика Башкортостан**

**Эффективность применения медиативного**

**подхода в построении конструктивных межличностных взаимоотношений в коллективе подростков**

Автор:

Обучающийся 10 класса

ФГБОУ «Ишимбайское СУВУ ЗТ»

Демченко Анастасия

Руководитель:

Киньзягулова Л.И.,

воспитатель

Ишимбай 2023

1

**Содержание**

Введение

Глава 1. Понятие медиации , принципы медиации.

Глава 2. Анализ применения инструментов медиации в повседневной жизни подростков.

2.1. Обзор приёмов медиации с примерами из жизни обучающихся.

2.2. Подробный разбор техники медиации «Круг сообщества» на тему «Человек и семья».

2.3. Отношение наставников к медиативному подходу.

2.4. Отношение обучающихся к медиативному подходу.

2.5 Факторы, способствующие успешному применению медиативного подхода в повседневной жизни подростков.

Заключение

Список литературы

2

Введение

Если в вашей жизни нет конфликта,

проверьте, есть ли у вас пульс, может,

вы уже умерли.

Чарльз Диккенс

Я обращаюсь к представителям всего человечества , не зависимо от их социального статуса, возраста ,половой принадлежности, национальности или профессиональной деятельности. Меня зовут Анастасия, мне 16 лет, являюсь обучающейся Ишимбайского СУВУ. До поступления в это учебное учреждение я была очень проблемной девочкой- подростком, которая на каждом шагу создавала конфликтные ситуации. На тот момент деструктивный путь решения конфликтных ситуаций был для меня единственным выходом из проблемы. Оскорбление, унижение, разбой, драки- это были мои друзья, спутники по жизни. Это была моя стихия! Теперь, когда мне посчастливилось изучить курс юного волонтёра-медиатора, я –юный волонтёр-медиатор, мои наставники научили меня жить совершенно по другому! Поэтому сейчас в своём окружении я являюсь буфером в спорных моментах , в том числе и конфликтных ситуациях. Ведь ни для кого ни секрет, что конфликты – это часть нашей жизни и без них наша жизнь была бы скучной и пресной и у всего разумного человечества не было бы возможности и смысла в дальнейшем прогрессивном развитии. Как говорил Чарльз Диккенс : « Если у вас нет конфликта, проверьте , есть ли у вас пульс.» Это характеризует конфликт с положительной стороны! Но это ни в коем случае не говорит о том, что мы все должны тут же начать искусственно создавать конфликтные ситуации, для того, чтобы быть счастливыми! Ведь в таких случаях люди получают не только моральные, но и физические увечья, иногда вплоть до летального исхода, что как раз является самой, что ни есть отрицательной стороной конфликта!!! Поэтому я считаю, что тема, которую я выбрала для работы , очень актуальна и касается всех нас.

3

***Цель работы:*** проанализировать эффективность применения медиативного

подхода в построении конструктивных межличностных взаимоотношений в коллективе подростков.

***Объект исследования:*** обучающиеся ФГБОУ « Ишимбайское СУВУ ЗТ».

***Предмет исследования:*** медиативный подход

Цель, объект и предмет исследования определили необходимость постановки и решения следующих ***задач:***

1. Раскрыть суть медиации на основе анализа литературы по данной тематике.

2. Проанализировать техники медиации и их использование в повседневной жизни подростков.

3. Проанализировать технику «Круг сообщества» и её применение в решение массового конфликта.

4. Провести анкетирование среди коллектива наставников и обучающихся на знание и применение медиативного подхода.

***Гипотеза:***  медиативный подход эффективен для построения конструктивных межличностных взаимоотношений.

***Проблема:*** в подростковой среде конфликты являются нормой поведения, но деструктивные пути выхода, которые выбирают подростки , не приемлемы.

***Методы исследования:***

изучение литературы по данной тематике;

анализ применения медиативного подхода в повседневной жизни подростков;

анкетирование;

анализ и обработка полученных результатов.

4

**Глава 1. Понятие медиации , принципы медиации**

Испокон веков существовало два способа выхода из конфликта – это сила ( власть и закон) и мирный способ ( сесть за стол переговоров , выкурить трубку мира), т.е. процесс выявления интересов конфликтующих сторон. Сколько людей, столько и мнений. Что же касается меня , то на сегодняшний день я не люблю в таких случаях радикального разрешения конфликта, мне ближе , когда и волки сыты, и овцы целы, но речь пойдёт не обо мне, а том ,что существует универсальный способ , волшебная палочка для разрешения конфликта. Мы можем называть это как угодно! Но существует научное название и объяснение сути этого способа. Итак, это волшебное средство называется **медиация.** Я думаю , здесь будет уместно датьнаучное объяснение этого термина. **Медиация – это альтернативный метод разрешения спора при участии беспристрастной, нейтральной стороны – медиатора, оказывающей содействие лицам, вовлечённым в спор и добровольно участвующим в процедуре медиации , с целью выработки взаимоприемлемого и жизнеспособного решения по его урегулированию на условиях взаимного уважения и принятия права каждого из сторон защищать свои интересы.** Если говорить более простым языком , то в жизни чаще всего получается так, что в споре один является победителем , а другой - проигравшим. А медиация даёт возможность каждой из сторон быть победителем, каждому получить свои интересы . То есть, медиатор своими направляющими действиями помогает конфликтующим сторонам совместно найти максимально комфортный выход из спора, подходящий двум сторонам. Такой человек не «лечит» и не судит, его задача- поддерживать процесс, в котором возможен поиск взаимовыгодного решения. Но достижение такого результата возможно только при соблюдении следующих правил, которые называются **принципами медиации**:

1. Основополагающим принципом процесса медиации является **добровольность**, который даёт возможность человеку самому принимать решение своего присутствия или прекращения своего участия в процедуре медиации в любой момент.

2. Если поиграть со словом **«У - ВАЖ - ЕНИЕ»**, то мы можем получить такую прекрасную комбинацию **« У каждого есть что- то важное!»**. Отсюда вытекает следующий принцип – **взаимоуважение**, который предполагает следующие действия:

* ***не оскорблять,***
* ***не оценивать,***
* ***слушать,***

5

* ***дать возможность высказаться оппоненту.***

3. **«Дружно - не грузно, а врозь - хоть брось . »** : гласит народная мудрость. Это говорит о том, что любое дело обречено на успех только в том случае, когда делается совместно . Отсюда вытекает следующий принцип медиации - **сотрудничество**, который предполагает :

* ***совместный поиск выхода из конфликта ,***
* ***совместный поиск решения в спорной ситуации.***

4. Моё жизненное кредо – **всё честно и прозрачно, как на** **ладони, как на исповеди, жить без булыжников за пазухой!**  И я была удивлена узнать, что это всё лежит в основе следующего принципа медиации – **открытость**. Это значит, что каждый участник процедуры медиации должен быть готов к общению именно в таком ракурсе.

5. Я думаю, что у каждого из нас в жизни не раз была ситуация , когда не хочется выставлять себя напоказ всему миру, а хочется довериться узкому кругу людей и при этом быть уверенным , что сказанное тобой останется « между нами»? Это ощущение как раз и является следующим принципом медиации и называется он **конфиденциальность**, смыслом которого является то , что информация не уйдёт дальше доверенного круга людей.

6. К равенству человечество призывали во время многих исторических событий . А в медиации это называется **равенством сторон**, во время соблюдения этого принципа все участники медиативного процесса получают **равное** **внимание и равные возможности.**

7.Следующий принцип очень ярко можно рассмотреть на примере дружбы трёх людей. Допустим у тебя есть два друга или две подруги, а они в ссоре между собой, для того, чтобы сохранить дружбу между вами, ты не должен или не должна занимать ничью сторону . Отсюда вытекает следующий принцип , который называется **нейтральность медиатора** .

8. Результативность процедуры медиации зависит от качества выполнения следующего принципа всеми участниками медиации:

* **конфликтующие стороны несут ответственность за принятие и выполнение решений спора,**
* **медиатор несёт ответственность за переговоры и эмоциональную сферу участников процедуры во время переговоров.**

6

Логически можно вывести название следующего принципа процедуры медиации -  **ответственность** .

Только беспрекословное соблюдение этих восьми основополагающих принципов участниками процедуры медиации приведёт к положительному исходу конфликта. Когда каждая из враждующих сторон останется при своём интересе и при этом найдут мировое соглашение , не умоляющее ни интересы, ни достоинства оппонентов.

7

**Глава 2. Анализ применения инструментов медиации в повседневной жизни подростков.**

**2.1. Обзор приёмов медиации с примерами из жизни обучающихся.**

Учитывая контингент обучающихся СУВУ- их физическое и моральное здоровье, семейное положение, возраст, в связи с этими показателями склонность к поступкам в состоянии аффекта, бескрайние амбиции и юношеский максимализм, ежедневно мы получаем возможность апробировать медиацию как беспроигрышную возможность найти выход из конфликта, активно используя все **инструменты медиатора**:

* **АС- активное слушание –** способ ведения беседы, когда слушающий активно демонстрирует, что он слышит и понимает, в первую очередь, чувства говорящего, основной целью является возможность получить как можно больше исчерпывающей информации. Эта техника имеет два уровня : вербальный (носогорловое сопровождение «Угу», «Ага», «Ммм» ит.д.) и эмоциональный (жесты, мимика, визуальный контакт, молчание, позы, тембр голоса, тон голоса). По – другому , это умение слушать «всем телом». Я, как волонтёр-медиатор, использую эту технику, когда есть необходимость наладить более глубокий контакт в коллективе обучающихся.
* **ПП- петля понимания ,так называемый Looping, ПЛЯП-** сущность техники заключается в том, что мы определяем смысловые блоки и акценты в речи собеседника и возвращаем их человеку максимально точно с фразой «Правильно ли я вас понимаю, что…». Получается такая речевая петля или эффект эхо (в других подходах эта техника называется «Эхо - техникой»). При использовании ПЛЯПа мы можем называть эмоции, которые чувствует человек, и немного сглаживать неоднозначные высказывания. Это позволяет дать собеседнику ощущение, что его слышат и понимают, а нам перепроверить правильность восприятия информации. Я применяю эту технику как инструмент антиманипуляции, когда в споре собеседники пытаются искажать информацию.
* **Обобщение, резюмирование –** выделение главного в сказанном. Пример:

-Мне всё надоело, я не понимаю геометрию, учитель мне ничего не объясняет, только орёт на меня, я не пойду в школу. У меня ничего не получается.

8

Медиатор: -Ты просто поругалась с учителем, поэтому у тебя плохое настроение. Попробуй просто помириться!

* **Перефразирование-** это обобщение (суммирование) того, что сказал кто-то другой, но своими словами, позволяющее медиатору убедиться, насколько правильно он понял сказанное, показать каждому участнику, что он его услышал, и помочь ему услышать и воспринять то, что сказал оппонент. Перефразирование является и элементом ПП. Перефразировать можно высказывания, касающиеся чувств, эмоций, тревог, опасений, предложений, возможностей, а также содержащие какую-либо информацию. Использование техники перефразирования позволяет участникам не чувствовать себя ведомыми или находящимися под давлением, что особенно важно на начальных фазах медиации, когда эмоционально они ещё не готовы к тому, чтобы признать точку зрения другой стороны.
* **«Я- сообщения»-** эта техника помогает через чувства, которые вы испытываете в связи с конкретным поступком человека или событием, выразить с помощью местоимений «Я», «Мне», «Меня» свои потребности, то, что важно каждому из нас. Когда мы выражаем просьбу, мы возвращаемся к изначальному факту:

1) Когда я вижу(слышу)…-**Факт.**

2) Я чувствую… **-Эмоции(чувства).**

3)Потому что мне важно… **-Потребность.**

4)Я прошу… **-Просьба.**

Пример: Когда я слышу как на меня кричат, я чувствую страх. Для меня важно, чтобы со мной разговаривали в спокойном тоне. Поэтому прошу вас говорить со мной уважительно.

Я очень активно использую этот инструмент медиации в общении с окружающими и стараюсь приобщить к ней своих согруппниц. У каждой на парте я приклеила памятку-шаблон «Я-сообщения» и теперь мы пытаемся выражать свои чувства , используя этот шаблон.

* **Техника задавания вопросов-** в решение конфликта не нужно начинать с закрытых вопросов, предполагающих однозначные ответы «Да», «Нет». Необходимо начинать с открытых вопросов, предполагающих развёрнутый ответ. Затем можно применить для

**9**

уточнения закрытый вопрос и петлю понимания. На следующем этапе можно применить альтернативный вопрос, который поможет двигаться по одной из развилок

* **Рефрейминг-** смена рамки, эта техника эффективна в комбинации с ПЛЯПом, например:- Саша-трус!

**-**Правильно ли я тебя понимаю, тебе хотелось бы, чтобы Саша был более храбрым?

* **Восстановительная беседа-** это осознанная ответственность. Человек должен понимать, что он нанёс реальный ущерб (вред) реальному человеку. В процессе восстановительной беседы выявляется способы заглаживания вреда перед оппонентом.
* **Медиативная беседа-** применяется как в личных спорных случаях, так и в групповых конфликтах.
* **Медиативный круг сообщества-** прекрасная возможность найти выход из конфликта,

когда он носит массовый характер.

* **Медиативный круг поддержки-** прекрасная возможность для принятия в коллектив новой обучающейся.

10

**2.2. Подробный разбор техники медиации «Круг сообщества» на тему «Человек и семья».**

Более подробно я хотела бы остановиться на технике «Круг сообщества».Что делать, когда конфликт носит массовый характер? Здесь нам на помощь приходит как раз эта техника. Технология проведения круга сообщества основана на древних традициях, когда вопросы решались в кругу старейшин. Формат круга сам по себе настраивает нас на более дружелюбный тон, способствует дискуссии, помогает провести задушевную беседу или [мозговой штурм](https://pedsovet.su/publ/205-1-0-5763). Тут никто не может спрятаться на задней парте. Нет первых и последних. Тут участники беседы все вместе и ничто их не разделяет. Это даёт возможность каждому участнику быть победителем, каждый получает свой интерес.

С появлением в нашем учреждении службы примирения и медиации в своей работе многие педагоги используют такой инструмент медиации как медиативный круг сообщества. Эта восстановительная практика— удобная и почти универсальная форма медиации, которая дает широкие возможности работы с коллективом подростков. Участию девушек в медиативном круге предшествовала большая ознакомительная работа с принципами медиации, инструментами медиации, участие девушек в интерактивных встречах с обучающимися СУВУ других регионов в онлайн формате, беседы нравственно-духовной направленности. 26 января в 4 бытовой группе я была участником круга сообщества на тему «Человек и семья». Участниками были 11 обучающихся, воспитатели: Л. Х. Габитова, Р. Р. Султанова и руководитель социально-психологической и методической службы С. М. Заманова. Данное мероприятие было направлено на ознакомление

обучающихся с понятием «медиативный круг сообщества», правилами проведения круга, на развитие речевой культуры, наблюдательности, развитие личностных качеств обучающихся: активность, открытость, искренность, способствование формированию дружного коллектива, формирование доброжелательности, стремление понимать друг друга. воспитание бережного отношения не только к близким, но и ко всем окружающим людям, закрепление знаний о семейных ценностях.

В начале встречи для снятия напряжения было проведено упражнение «Я рада тебя видеть сегодня здесь, потому что мне важно…».

Круг сообщества — это не просто беседа. Это беседа по правилам. Поэтому сразу сообщаем участникам о правилах Круга:

-говорит только тот, у кого в руках « Символ слова»;

- уважать символа слова;

11

- говорить от всего сердца;

- говорить с уважением, корректно, по существу;

- слушать с уважением;

- оставаться в Круге до его завершения;

- соблюдать конфиденциальность, то есть, всё сказанное на Круге остаётся между участниками Круга;

- ход можно пропустить, но лучше высказаться;

-движение в круге происходит по часовой стрелке.

Для выявления темы круга была зачитана притча о семье. Затем, для обсуждения были предложены следующие вопросы: Как вы понимаете понятие «Семья», что для вас семья? Есть ли в вашей семье семейные традиции и какое значение они имеют? Как вы представляете свою будущую семью? Как вы считаете, коллектив нашей группы можно назвать счастливой семьёй и что каждая из вас будет делать для того, что бы не было напряжённых взаимоотношений, чтобы коллектив нашей группы стал счастливой семьёй?. Каждому участнику круга было важно быть услышанным, поэтому каждый круг завершался резюмированием ответов, ответы записывались и вывешивались на доску. Для подготовки участников круга к ответу на вопрос «Как вы представляете свою будущую семью?» было проведено упражнение «Представление о своей будущей семье», целью которого было формирование представления о счастливой семье, упражнение сопровождалось релаксирующей мелодией. Для активизации межличностного взаимодействия внутри коллектива, сплочения коллектива было проведено упражнение «Разговор в двойном кругу».

Для выявления ощущений после данного упражнения был использован приём «Отвечает желающий поделиться своими впечатлениями», для этого ведущий поместил символ слова в центр круга и каждый желающий подходил, брал его и делился своими впечатлениями. Для проведения рефлексии ведущий использовала приём «Виртуальный сундучок эмоций», который мы заполняли своими впечатлениями. В завершении встречи для усиления полученных эмоций было предложено всем участникам встать в центр круга, взяться за руки, затем выпустить « салют эмоций» во Вселенную, для этого каждый громко произнёс самое яркое запомнившееся слово.

Мероприятие , пронизанное искренней и дружелюбной атмосферой, прошло очень трогательно и проникновенно. Девушки пережили различные эмоции: от улыбок до слёз, старались отвечать искренне и открыто. Некоторые обучающиеся затруднялись сформулировать ответы в силу своих интеллектуальных возможностей и передавали «символ слова» следующей участнице.

12

Проведенное мероприятие оказало положительное влияние на обучающихся, способствовало формированию представлений о счастливой семье и семейных ценностях и сплочению коллектива обучающихся.

13

**2.3. Отношение наставников к медиативному подходу.**

**Анкета**

1. Часто ли у вас бывают конфликты? Да/ Нет

2. Как вы выходите из конфликта?

3. Какие способы выхода из конфликта вам еще знакомы?

4. Слышали ли вы о медиации?

5. Какие техники медиации вам знакомы?

6. Как вы относитесь к технике «Круг сообщества»?

7. Вам приходилось быть участником круга сообщества?

8. Если на 7 вопрос вы ответили положительно, то помог ли круг сообщества решить вашу проблему?

**Результаты анкетирования.**

В анкетировании приняли участие 25 наставников (12 воспитателей, 8 учителей, 5 мастеров производственного обучения). На первый вопрос 100% опрошенных дали положительный ответ. На второй вопрос 60% ответили, что применяют метод убеждения, беседы, 10% используют авторитарный педагогический подход, 30% применяют медиативный подход. С медиацией знакомы 55% опрошенных. 100% относятся к кругу сообщества положительно, так как принимали участие в них. 80% отметили положительный исход после круга сообщества.

**2.4. Отношение обучающихся к медиативному подходу.**

В анкетировании приняли участие 63 обучающихся. 100% опрошенных девушек на первый вопрос ответили положительно. 65% участниц анкетирования применяют силу при решении конфликта, 5% пускают всё на самотёк, 30% просят о помощи медиатора учреждения. На третий вопрос 70% выбирают силовой приём, 30% - медиативный подход. Согласно опроса 70% опрошенных слышали или частично знакомы с медиацией.15% знакомы с приёмами медиации. 60% положительно относятся к кругу сообщества. 70% опрошенных были участниками круга сообщества. 30% из них довольны обстановкой после круга сообщества.

14

**2.5 Факторы, способствующие успешному применению медиативного подхода в повседневной жизни подростков.**

**1.** На момент поступления в СУВУ для меня было необычным поведение моих наставников, которые пытались понять, признать, принять поведение каждой девушки, любую проблему. Сначала я пыталась вторить взрослым- их манерам, привычкам, словам, жестам. А потом я поняла, что это главный фактор того, как будет вести себя ученик в любой ситуации. Если во взаимоотношениях «наставник – ребёнок» не сможет проявить искреннюю любовь к своему делу, то положительного результата не будет.

2. В любом деле очень важна добровольность. Участие девушек в медиативных встречах в онлайн режиме с обучающимися других СУВУ способствует закреплению навыков построения конструктивных взаимоотношений с применением инструментов медиации, тем самым развивает навык сотрудничать и договариваться. Здесь очень важно отметить, что общение происходит без насилия, оскорблений, угрозы , отсутствует ненормативная лексика.

15

**Заключение**

Подводя итог по данному исследованию, отметим следующее, что конфликты в повседневной жизни – это норма. Но важно то, какой путь выбираем мы для решения проблемы – конструктивный или деструктивный. Для подростков очень важен живой пример поведения наставника, к которому они привязаны. Я попыталась исследовать этот вопрос на примере нашего СУВУ. Прослушав курсы по изучению основ медиации как процедуры урегулирования споров, я прихожу к такому выводу, что я и наставники применяем техники медиации в своей жизни, к сожалению, не всегда соблюдая правильный алгоритм медиации, а чаще всего обрезая очень важные промежуточные этапы этого процесса, особенно выявление интересов. Но, сейчас, получив необходимый багаж теоретических знаний , мы имеем возможность оттачивать своё профессиональное мастерство в бескрайней стране практики, дверь в которую нам только слегка приоткрыли наши «медиативные гуру» , тем самым оставив возможность мне и моим наставникам отточить свои знания и навыки и тем самым получить возможность довести их до виртуозного мастерства. Смысл жизни в постоянном движении вперёд. И поэтому очень актуально сейчас прозвучат слова : «Век живи и век учись!» и как следствие этого вечного процесса самосовершенствования «Дело мастера боится!»

16

**Список литературы**

1. Основы медиации как процедуры урегулирования споров: Учебное пособие.- М.: «Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования», 2013.

2. Станкин М.И. Если мы хотим сотрудничать. М., 1996.

3. Белова И.Е. Выиграть может каждый //Классный руководитель. 1999. №3.

4. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. Практикум. Новосибирск.1999.

5. Тетерина Л.В. Медиативные технологии- способы разрешения разногласий и предупреждения конфликтов. 2019.