Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

Краснозерское района Новосибирской области

Кайгородская основная общеобразовательная школа

МКОУ Кайгородская ООШ

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора
по УВР
_____Сыздыкова М.Т.
Протокол №1 от «14»
августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
директор
_____Мищенко Е.П
Протокол № 145 от «14»
августа 2026 г.

Программа по бесконфликтному общению для обучающихся 5-8 классов на базе школьной службы медиации: «Сделаем мир добрее»

п.Кайгородский 2026г.

Вид программы и ее актуальность

Программа работы с подростками на базе школьной службы медиации «Сделаем мир добрее» разработана в МКОУ Кайгородской ООШ и направлена на создание условий для формирования конфликтологической компетентности учащихся 5-8 классов.

В соответствии с пунктом 64 Плана первоочередных мероприятий по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 15 октября 2012 г. № 1916-р, в образовательных организациях должны быть созданы службы школьной медиации, обеспечивающие защиту прав и интересов детей, равные возможности и создающие условия для формирования безопасного пространства.

Это обусловлено рядом причин:

- рост социального расслоения населения;
- усиление миграционных процессов;
- достаточно высокий уровень асоциальных проявлений в детской среде (в том числе экстремизм);
- ослабление роли семьи как института социализации личности;
- высокий уровень индивидуализации молодежи.

Обучая подростков умению разрешать конфликты с помощью медиативного подхода, мы учим их уважать мнение других, уметь аргументировать и отстаивать свою точку зрения, конструктивно взаимодействовать не только в стенах школы, но и в обществе.

Также они учатся сопереживанию, умению поставить себя на место другого, быть чуткими, контролировать свои эмоции, управлять поведением.

Цель программы: профилактика возникновения конфликтов в детско-подростковой среде и создание условий для формирования доброжелательной атмосферы в школе и культуры ненасильственного общения обучающихся 5-8 классов.

Задачи программы:

1) просвещение и информирование подростков о конфликте и способах его разрешения, причинах возникновения;
2) познакомить обучающихся с альтернативным способом разрешения конфликтов – медиация;
3) формирование у подростков навыков эффективной коммуникации, развитие рефлексии собственных поступков;
4) формирования отношения у подростков к конфликту как к одному из этапов общения между людьми, дружеских взаимоотношений.

Структура и содержание программы

Подростковый возраст - один из сложнейших этапов для многих обучающихся. Я думаю, что многие согласятся с этим. На первый план, как ни в каком другом возрасте выходит межличностное общение. Эмоциональная насыщенность и напряженность взаимоотношений со сверстниками, поиск себя, стремление к принадлежать определенной группе и в то же время быть автономным - все это характеризует противоречивость натуры подростка.

Эти особенности в совокупности порождают повышенную конфликтность в общении с другими людьми. При этом именно младший подростковый возраст является

сензитивным периодом для формирования коммуникативной компетентности. Поэтому от того, насколько подросток сможет освоить навыки конструктивного взаимодействия, зависит его способность реализовать себя в дальнейшем. Если конфликтное взаимодействие в школьные годы научит относиться к конфликту, как к возможности выйти на уровень понимания своего оппонента, такой позитивный опыт может быть плодотворно использован в дальнейшем. Коммуникация не будет представлять для такого человека опасности, что значительно расширит его возможности и в профессиональной деятельности, и в личной жизни.

Мероприятия в рамках данной программы проводятся по следующим основным направлениям:

1. Методическое

Изучение комплекта информационно-методического материала (публикации) и обобщение опыта психолого - педагогических исследований. Разработка занятий и методических материалов по программе.

2. Информационное

Информация о программе (информирование межведомственных учреждений, участие на родительских собраниях, раздача информационных буклетов о проведении программы). Информация для целевой группы о проблеме.

3. Исследовательское

Выявление насколько изменились представления о конфликте и способах его разрешения у обучающихся, уровня их грамотности по данной теме.

4. Просветительское

Участие в родительских собраниях, педсоветах, проведение бесед, упражнений, организация дискуссий и др.

5.Психологическое сопровождение

Психологическое консультирование подростков и их родителей, педагогов (по запросу).

Учебно-тематический план программы «Сделаем мир добрее»

№	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов	Дата проведения
1	Давайте знакомиться	Знакомство с участниками программы. Формирование интереса участия в программе. Диагностика.	1	сентябрь
2	Что такое конфликт?	Понятие «конфликт», виды, можно ли обойтись без конфликта.	1	сентябрь
3	Конфликты это плохо?	Плюсы и минусы конфликта, стили поведения в конфликте.	1	октябрь
4	Из-за чего возникают и как развиваются конфликты?	Причины конфликта, потребности, конструктивные способы разрешения конфликта.	1	октябрь

5	Что такое медиация?	Школьная служба медиации, содержание работы медиатора.	1	ноябрь
6	Каким должен быть «настоящий медиатор»?	Качества важные для медиатора, опыт в роли медиатора.	1	ноябрь
7	Как стать приятным собеседником?	Навыки ведения беседы, техника активного слушания.	1	декабрь
8	Что такое бесконфликтный стиль общения?	Основы бесконфликтного общения.	1	декабрь
9	«Поступки и последствия»	Выработка навыков эффективной коммуникации.	1	январь
10	Эмоциональный интеллект. Учимся распознавать свои эмоции и эмоции других	Понятие «эмоциональный интеллект». Виды эмоций, распознавание своих и чужих эмоций.	1	январь
11	Эмоциональный интеллект. Учимся контролировать свои эмоции	Создание памятки «Всё под контролем», дыхательная гимнастика.	1	февраль
12	Знакомство с методами снятия напряжения	Знакомство с безопасными способами снятия напряжения.	1	февраль
13	Познай себя. Что я думаю о себе	Анализ раннего воспоминания. Анализ плюсов и минусов своего характера.	1	март
14	Я среди других	Формирование независимой позиции, умения отстаивать свою точку зрения безопасным способом	1	март
15	Общение и успешность	Выработка навыков понимания других, рекомендации по эффективному общению.	1	апрель
16	Учимся общаться	Мой круг общения. Отработка навыков сотрудничества и умения договариваться.	1	апрель
17	Мы разные - мы вместе	Сплочение коллектива. Создание благоприятной психологической обстановки.	1	май
18	Чему мы научились?	Обобщение. Анализ деятельности. Итоговая диагностика. Рефлексия.	1	май

Итого: 18 часов

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Бланк социометрия Дж. Морено

Ф.И._____ Класс_____ Дата_____

Напишите имя и фамилию **3 человек из вашего класса,** кого бы Вы пригласили к себе на День рождение в 1,2,3 очередь

1.

2.

3.

Напишите имя и фамилию **3 человек из вашего класса,** с кем бы Вы хотели делать проект 1,2,3 очередь

1.

2.

3.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.

Методика «Личностная агрессивность и конфликтность»

Е. П. Ильин и П. А. Ковалев.

Инструкция Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением в карте опроса (приводится ниже) в соответствующем квадратике поставьте знак "+" ("да"), при несогласии — знак "-" ("нет"). Текст опросника

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. В спорах я всегда стараюсь захватить инициативу.
3. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не уступлю.
5. Я стараюсь делать все, чтобы избежать напряженности в отношениях.
6. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то я про себя накликаю обидчику всякие несчастья.
7. Я часто злюсь, когда мне возражают.
8. Я думаю, что за моей спиной обо мне говорят плохо.
9. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
10. Мнение о том, что нападение — лучшая защита — правильное.
11. Обстоятельства почти всегда благоприятнее складываются для других, чем для меня.
12. Если мне не нравится установленное правило, я стараюсь его не выполнять.

13. Я стараюсь найти такое решение спорного вопроса, которое удовлетворило бы всех.
14. Я считаю, что добро эффективнее мести.
15. Каждый человек имеет право на свое мнение.
16. Я верю в честность намерений большинства людей.
17. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются.
18. В споре я часто перебиваю собеседника, навязывая ему мою точку зрения.
19. Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.
20. Если кто-то "корчит" из себя важную персону, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Я предлагаю, как правило, среднюю позицию.
22. Я считаю, что лозунг из мультфильма: "Зуб за зуб, хвост за хвост" справедлив.
23. Если я все обдумал, то я не нуждаюсь в советах других.
24. С людьми, которые со мной любезнее, чем я мог ожидать, я держусь настороженно.
25. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.
26. Я считаю бестактным не давать высказаться в споре другой стороне. 27. Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.
28. Я не люблю поддаваться в игре даже с детьми.
29. В споре я стараюсь найти то, что устроит обе стороны.
30. Я уважаю людей, которые не помнят зла.
31. Утверждение: "Ум — хорошо, а два — лучше" — справедливо.
32. Утверждение: "Не обманешь — не проживешь" тоже справедливо.
33. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
34. Я могу внимательно и до конца выслушать аргументы спорящего со мной.
35. Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.
36. Если в очереди кто-то пытается доказать, что он стоит впереди меня, я ему не уступаю.
37. Я стараюсь избегать обострения отношений.
38. Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.
39. Я не считаю, что я глупее других, поэтому их мнение мне не указ.
40. Я осуждаю недоверчивых людей.
41. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
42. Я всегда убежденно отстаиваю свою правоту.
43. Я не обижаюсь на шутки друзей, даже если они злые.
44. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение важного для всех вопроса.
45. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
46. Я верю, что за зло можно отплатить добром и действую в соответствии с этим.
47. Я часто обращаюсь к коллегам, чтобы узнать их мнение.
48. Если меня хвалят, значит, этим людям от меня что-то нужно.
49. В конфликтной ситуации я хорошо владею собой.
50. Мои близкие часто обижаются на меня за то, что в разговоре с ними я им "рта не даю открыть".
51. Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.
52. Ведя переговоры со старшим по должности, я стараюсь ему не возражать.
53. В решении любой проблемы я предпочитаю "золотую середину".
54. У меня отрицательное отношение к мстительным людям.

55. Я не думаю, что руководитель должен считаться с мнением подчиненных, ведь отвечать за все ему.
56. Я часто боюсь подвохов со стороны других людей.
57. Меня не возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
58. Когда я разговариваю с кем-то, меня так и подмывает скорее изложить свое мнение.
59. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
60. Я всегда стараюсь выйти из вагона раньше других.
61. Вряд ли можно найти такое решение, которое бы всех удовлетворило. 62. Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.
63. Я не люблю, когда другие лезут ко мне с советами.
64. Я подозреваю, что многие поддерживают со мной знакомство из корысти.
65. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.
66. При игре в шахматы или настольный теннис я больше люблю атаковать, чем защищаться.
67. У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.
68. Для меня не имеет большого значения, чья точка зрения в споре окажется правильной — моя или чужая.
69. Компромисс не всегда является лучшим разрешением спора.
70. Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.
71. Я считаю, что лучше посоветоваться с другими, чем принимать решение одному.
72. Я сомневаюсь в искренности слов большинства людей.
73. Обычно меня трудно вывести из себя.
74. Если я вижу недостатки у других, я не стесняюсь их критиковать.
75. Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках. 76. Будь я на базаре продавцом, я не стал бы уступать в цене за свой товар. 77. Пойти на компромисс — значит показать свою слабость.
78. Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?
79. Я не чувствую себя ущемленным, если мнение другого оказывается более правильным.
80. Я никогда не подозреваю людей в нечестности.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.

Притча «Солнце и ветер»

Солнце и Ветер поспорили, кто сильнее. И Ветер сказал:
«Я докажу, что сильнее. Видишь, там старик в плаще? Бьюсь об заклад, что смогу заставить его снять плащ быстрее, чем ты».
Солнце спряталось за тучу, а Ветер начал дуть все сильнее и сильнее, пока не превратился почти в ураган.
Но чем сильнее он дул, тем крепче закутывался старик в свой плащ. Наконец Ветер стих и прекратился; и тогда Солнце выглянуло из-за тучи и ласково улыбнулось путнику. Путник согрелся под жаркими лучами солнца, повеселел и снял плащ.
И Солнце сказало Ветру, что ласка и дружелюбие всегда сильнее ярости и силы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.

Конфликтные ситуации

1. Твой одноклассник забыл ручку. Ты ему одолжил, а он сломал.
2.После уроков твой друг предложил побить его обидчика Сашу. Ты не хочешь ссориться с другом, но и понимаешь, что так делать нельзя.

3. Мама попросила помыть посуду, но тут позвонил друг и попросил срочно к нему прийти. Ты начал отпрашиваться, но мама настаивает на своем.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5.

Конфликтные ситуации (могут быть скорректированы в зависимости от индивидуальных особенностей участников программы)

1. В класс пришел новый ученик. Он ни с кем не общается, сидит один за партой. Коля решил пошутить над мальчиком и спрятал его портфель. Когда портфель нашли, то в нем не оказалось денег, которые там лежали. Коля отрицает, что взял деньги. Между мальчиками завязался конфликт.
2. Семиклассник опоздал на урок. Учитель сделал замечание в грубой форме перед всем классом, чем вызвал протест и злость у школьника. Он стал регулярно опаздывать именно на эти уроки. Учитель намерен поставить вопрос на педсовете о плохом поведении школьника.
3. Петя бежал на перемене по коридору и случайно задел Егора. Он упал и сильно ударился. После чего Егор обратился к учителю. Похожая ситуация уже повторялась. Родители Пети хотят, чтобы Егора перевели в другой класс.
4. Катя и Оля дружат с первого класса. Кати нравится тот же мальчик, что и Оли, но она стесняется к нему подойти. Подруга тоже не знает о ее чувствах к нему. Оля начала общаться и гулять с ним. Катя обиделась, и в отместку не помогла подготовиться к контрольной работе. Девочки поссорились.

ПРИЛОЖЕНИЕ 6.

Методика «Умею ли я слушать»

Инструкция. Вашему вниманию предлагается методика на определение степени выраженности умения слушать другого человека.

Перед вами 16 вопросов, на каждый из которых вы должны ответить утверждением «да» или «нет». Следует помнить, что нет «правильных» или «неправильных» ответов, поскольку люди различны и каждый высказывает свое мнение. Главное, старайтесь отвечать честно, не пытайтесь произвести благоприятное впечатление, ответы должны соответствовать действительности. Свободно и искренно выражайте свое мнение. В этом случае вы сможете лучше узнать себя.

1. Ждете ли вы терпеливо, пока другой закончит говорить и даст вам возможность высказаться?
2. Спешите ли вы принять решение до того, как поймете сущность проблемы?
3. Слушаете ли вы лишь то, что вам нравится?
4. Мешают ли вам слушать собеседника ваши эмоции?
5. Отвлекаетесь ли вы, когда собеседник излагает свои мысли?
6. Запоминаете ли вы вместо основных моментов беседы какие-либо несущественные?
7. Мешают ли вам слушать предубеждения?
8. Прекращаете ли вы слушать собеседника, когда появляются трудности в его понимании?
9. Занимаете ли вы негативную позицию к говорящему?
10. Всегда ли вы слушаете собеседника?
11. Ставите ли вы себя на место говорящего, чтобы понять, что заставило его говорить именно так?

12. Принимаете ли вы во внимание тот факт, что вы с собеседником можете говорить о разных вещах?
13. Допускаете ли, что у вас и вашего собеседника может быть разное понимание смысла употребляемых слов?
14. Пытаетесь ли вы выяснить, чем вызван спор: разными точками зрения, постановкой вопроса и т.п.?
15. Избегаете ли вы взгляда собеседника в разговоре?
16. Возникает ли у вас непреодолимое желание прервать собеседника и вставить свое слово за него или в пику ему, опередить его в выводах?
При обработке результатов подсчитывается количество ответов «да».
Интерпретация:
6 баллов и ниже свидетельствуют о низкой степени выраженности умения слушать других, о направленности в ходе общения на себя (т.е. удовлетворение своих притязаний вне зависимости от интересов партнера). Снижена чувствительность в оценке текущей ситуации — когда молчать и слушать, а когда говорить. Требуется обучение навыкам эффективного слушания.

ПРИЛОЖЕНИЕ 7.

«Фразы - помощники и фразы – барьеры»

1. «Похоже, тебе было очень обидно?»
2. «Для чего тебе нужно добиться именно этой цели?»
3. «Говори помедленнее, я тебя не понимаю».
4. «Давай поговорим о чем-нибудь другом».
5. «Я уверен (а), что ты впоследствии пожалеешь о том, что совершил именно этот выбор»
6. «Ты говоришь о том, что боишься экзаменов. Что именно тревожит тебя больше всего?»
7. «Посмотри на сложившуюся ситуацию иначе»
8. «Мне кажется, что в нашем разговоре мы все время возвращаемся к одной и той же теме?»
9. «Твоя трактовка сложившейся ситуации ошибочна, разве ты сам не видишь?»
10. «Я просто восхищен (а) тем, как ты стойко переносишь трудности!»

ПРИЛОЖЕНИЕ 8.

Пословицы и поговорки

- Слово не воробей – вылетит, не поймаешь.
- Не торопись языком – торопись делом.
- Ласковое слово, что ясный день.
- Доброе молчание лучше худого ворчания.
- Говорил день да вечер, а слушать нечего.
- От одного слова – да навек ссора.
- От приветливых слов язык не отсохнет.
- Доброе слово человеку, что дождь в засуху.
- Доброе слово лечит, а худое калечит.

ПРИЛОЖЕНИЕ 9.

Ситуации для упражнения «Диктант»











ПРИЛОЖЕНИЕ 10.

