

КАНАДА: Посланники мира

Обстановка: формальная

Возраст: детский сад, начальная школа, средняя школа

Юношеский центр «Азимут Восток-Запад» (*The Azymut Est*Ouest Youth Centre*) в городе Сэн-Николя, провинция Квебек, Канада (Saint-Nicolas, Quebec, Canada) опубликовал пособие по неагрессивному поведению. Ими был проведен эксперимент для ознакомления школьников начальной и средней школы провинции Квебека с концепцией неагрессивного поведения. Ричард Про (Richard Proux), ответственный за программу «Посланники мира» любезно предоставил нам эту статью, содержащую описание практического метода разрешения конфликта, специально разработанного для применения в школах.

То, что именно ученики старших классов приходят в начальную школу, чтобы рассказать о мирном сосуществовании, значительно влияет на восприимчивость учеников начальной школы. Начиная с 1999 года, 200 посланников из 7 средних школ провели ознакомление с методикой с более, чем 12000 учеников начальной школы.

С помощью этой программы, ученики средней школы (14-17 лет) могут пройти подготовку для последующего ознакомления учеников младших классов с концепциями мирного сосуществования и неагрессивного поведения, соответственно, эти молодые люди, сопровождаемые взрослым наблюдателем, становятся посланниками мира для учеников начальной школы в их районе.

Данная программа также информирует детей о различных проявлениях насилия, окружающих их, для того, чтобы помочь им распознать его различные формы и получить знание о стратегиях неагрессивного разрешения конфликтов.

В течение 1999 года несколько школ участвовали в программе «Посланники мира». Школа Ла Сорс (l'Ecole de la Source (Quebec, Canada)) и Школа Павла-VI Святого Аполинария (the Paul - VI de St Apollinaire school (Quebec, Canada)) в провинции Квебек, Канада дважды посещались посланниками мира.

Первое посещение состоялось 15-го декабря 1999 года, а второе – 27-го марта 2000 года. Второе посещение оказалось очень полезным, так как проведенная с учениками ролевая игра позволила им изучить несколько техник разрешения конфликта. Учителя, оценивая программу, особо отметили положительный эффект проведения подобного семинара; свои комментарии и предложения (как, например, включение в занятие кукол, олицетворяющих мир) можно было оставить на форуме программы.

Одним из видов деятельности в ходе семинара было создание кукол 5-7-летними детьми. Важно, чтобы ребята поняли, что те куклы, которых они делают, олицетворяют собой мир. Они могут жить и вести себя как жители

спокойного мира, который дети представляли себе в разогревающем упражнении, описывая спокойный мир.

Эти куклы могут быть очень простыми. Все, что необходимо для их создания, - это кусочек бумаги или ткани, обернутый вокруг пальца. Черты лица рисуются карандашом или красками на кончике пальца, оживляя куклу. Лицо может быть нарисовано и на круглом кусочке бумаги, который затем прикрепляется к деревянному основанию.

Отпустите свое воображение. Творческий подход и простота часто приводят к удивительным результатам!

Пример обучения неагрессивному поведению

Сказка о белом кролике

Основное назначение этой аллегорической сказки – передать с ее помощью идеи, которые помогут изменить отношения прослушавших ее. Каждое животное, которое встречает маленький белый кролик по ходу сказки, дает ему подсказку, как можно разрешать конфликт. Животные, которые используются в повествовании, не важны сами по себе, основное внимание сосредоточено на той идее, которую они стараются донести. В любой другой стране в сказке могут быть использованы животные, характерные для этой местности или обладающие определенными свойствами. Например, в Африке, лучше будет рассказывать сказку об антилопе, газели, жирафе или льве, а в Австралии – о кенгуру или коале.

«Я почувствовал, что ученики действительно интересуются происходящим, им нравится, что семинар проводится подростками. Дети очень активно участвовали, и подобный семинар им был действительно необходим.»

Учитель 4-го класса Школы Лотбиньер (Lotbinière School)

Занятие по обучению неагрессивному поведению длится 54 минуты в 1-м и 2-м классе дошкольного учреждения (детского сада).

Цели:

- Помочь детям понять, как они относятся к проявлениям агрессивного поведения и неагрессивного поведения;
- Рассказать детям о формах неагрессивного поведения и отношений, которые они могут использовать;
- Определить круг людей, которые могут помочь при возникновении трудной ситуации;
- Помочь осознать положительные последствия проживания в спокойном мире.

Требования к материально-техническому обеспечению:

- Необходимое оснащение урока: листок бумаги для каждого ребенка,

фломастеры, цветные карандаши и восковые или пастельные мелки;

- Перед началом сессии передайте учителю форму оценки занятия. Объясните, что вам бы хотелось получить его комментарии и заберите форму в конце сессии;

- Для детского сада: таким образом разделите помещение, чтобы были отдельные места для прослушивания сказки и для рисования.

Поминутный план хода сессии с детьми, посещающими 2-й класс дошкольного учреждения:

1. Представление и благодарности (2 минуты)
2. Сказка о маленьком кролике (12 минут)
3. Получение обратной связи (4 минуты)
4. Размышления группы о мирном сосуществовании (4 минуты)
5. Неагрессивные отношения и поведение (6 минут)
6. Выбор людей, которые могут помочь при возникновении трудной ситуации (4 минуты)
7. Рисование спокойного мира (15 минут)
8. Обратная связь после завершения рисования (5 минут)
9. Минута мира (1 минута)
10. Завершение сессии (1 минута)

1. Представление и благодарности (2 минуты)

- Представьтесь ученикам;

- Поблагодарите учителя и завуча за то, что они позволили вам встретиться с детьми для проведения подобного занятия. Поблагодарите персонал школы за помощь в подготовке семинара;

- Вы можете рассказать ученикам, что встречаетесь с ними для разговора об очень важном для вас понятии – МИР;

- Продолжая представление, вы можете сказать: «Сегодня мы поговорим о неагрессивных отношениях и поведении, которые вы сможете использовать в будущем. Мы также определим тех людей, которые смогут помочь вам разрешать возникающие конфликты. Мы попросим вас сделать рисунок о мире. Но сначала мы расскажем вам историю о маленьком белом кролике, который тоже хотел жить в мире без агрессии.»

2. Сказка о маленьком кролике (12 минут)

Рассказывая историю детям первого года обучения в дошкольном учреждении, разделите роли между посланниками мира следующим образом: рассказчик, маленький кролик, другие персонажи. При работе с учениками 2-го года обучения попросите учителей 5-го или 6-го класса о том, чтобы пришли несколько их учеников и прочитали роли маленького кролика и других персонажей.

Пригласите детей участвовать в повествовании: «Вы хотите помочь мне рассказывать историю? Хорошо, тогда когда я подаю вам этот знак (✌️покажите кроличьи уши с помощью двух пальцев у себя над головой) и

когда я говорю «маленький белый», вы говорите «кролик». Попробуем? Маленький белый... Внимательно слушайте, что говорят все животные, потому что нам понадобится ваша помощь, чтобы в точности воспроизвести то, что они сказали. Вы готовы?»

МАЛЕНЬКИЙ БЕЛЫЙ КРОЛИК, КОТОРЫЙ ХОТЕЛ ЖИТЬ В МИРЕ СО ВСЕМИ

Когда-то давным-давно жили-были Мама-кролик и Папа-кролик и было у них много маленьких крольчат разного цвета: черные, серые, рыжие, бурые, многоцветные и в крапинку. И среди них был один крольчонок, самый маленький, который был весь белый, белый как снег, который блестит на солнце ясным зимним днем. Семья кроликов жила вместе с другими семьями в огромном лису с большими вечнозелеными хвойными деревьями, величественными кедрами и прекрасными березами, в кронах которых птицы могли вить свои гнезда. Кроличьи семьи строили свои домики под ветвями кедров для защиты от дождя и снега.



Иногда братья, сестры и даже друзья оставляли 🐰 **маленького белого** кролика совсем одного только потому, что он был весь белый. Никто не хотел с ним играть, потому что его шерстка была другого цвета. Он часто оставался один, отвергнутый всеми. Ему было очень грустно, когда никто не хотел с ним играть. Иногда другие подшучивали над 🐰 **маленьким белым** кроликом, потому что он был меньше всех. Они говорили ему неприятные вещи. Произносили слова или совершали поступки, которые ранили его маленькое сердце. Когда наступал вечер и луна сменяла солнце, 🐰 **маленький белый** кролик долго не мог уснуть, потому что его братья и сестры дразнили его. Они кусали его маленькие ушки, щипали его лапки, стучали по спинке и щекотали его маленькую шейку. 🐰 **Маленький белый** кролик ненавидел это. Все это задевало его, потому что он не знал, что делать. Он подолгу наблюдал, как силуэты животных бродят в ночи, и чувствовал себя печальным. Он мечтал о том, чтобы жить в гармонии. Он

мечтал о лучшей жизни.

Однажды утром 🐰 **маленький белый** кролик, который больше не мог терпеть все эти несправедливости, решил уйти на прогулку в самую чащу леса. Прогуливаясь, 🐰 **маленький белый** кролик мечтал, что он встретит кого-нибудь, кто сможет помочь ему жить в мире и освободит его от страданий и злости. Долго-долго идя по лесу, 🐰 **маленький белый** кролик вдруг увидел лисью нору. Он знал, что лис очень хитер, поэтому решил попросить у него совета (покажите картинку).



*«Здравствуйте, дядюшка Лис. Я 🐰 **маленький белый** кролик, и я хочу жить в мире. Вы очень хитрый, можете Вы мне посоветовать, что мне делать?»*

Выслушав историю 🐰 **маленького белого** кролика, хитрый Лис сказал:


«Я думаю, это очень хорошо, что ты стараешься жить в ладу со всеми, стремишься находить решение конфликтных ситуаций, возникающих в твоей жизни. Когда я был молодым, я не был так хитер, как сейчас. Время научило меня быть спокойнее. Теперь, когда у меня возникает проблема, когда кто-то обижает меня и не думает также, как я, я глубоко дышу и представляю голубое сияние вокруг меня, это помогает мне вновь обрести мое спокойствие. Когда я спокоен, я могу разговорить, а не спорить, чтобы разрешить конфликт.»

Счастливым, что он получил совет о том, как жить в мире, 🐰 **маленький белый** кролик поблагодарил хитрого Лиса и побежал обратно в лес. Улыбаясь, хитрый Лис крикнул 🐰 **маленькому белому** кролику вдогонку:

«Помни, ты должен сделать три глубоких вдоха, чтобы остаться спокойным. Это избавит тебя от страданий и гнева и сделает тебя счастливее. Ты вдыхаешь через нос, а выдыхаешь через рот, мой маленький белый друг.»

Через некоторое время 🐰 **маленький белый** кролик встретил тетушку Сову. Он уже слышал о ней. Другие животные в лесу говорили, что она очень спокойная. Он решил спросить совета у нее.




«Здравствуйте, тетушка Сова! Я  маленький белый кролик, и я хочу жить в мире с собой и окружающими. Не могли бы Вы дать мне совет, потому что я слышал, что Вы никогда ни с кем не ссоритесь.»

«О, ты знаешь, я иногда спорю. Но я всегда стремлюсь решить проблему, поговорив с другим. Я всегда стараюсь понять, какая между нами проблема, понять, что мы чувствуем, что мы хотим изменить или улучшить.»

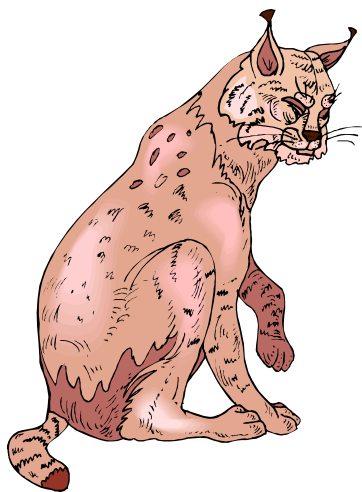
«Вместе мы ищем варианты решения проблемы, которые могут положить конец нашим разногласиям. Затем мы выбираем лучшее решение, то, которое устраивает нас обоих наилучшим образом.»


«И это то, что помогает Вам жить в мире?»

«Да, именно это. Теперь у тебя есть новый ключ к пониманию того, как жить в мире с собой и окружающими. Помни, ты всегда можешь поговорить, чтобы найти решение, и ты знаешь, что это работает!»

 Маленький белый кролик поблагодарил тетушку Сову и пошел дальше своей дорогой. Он был счастлив, что обучился этому новому приему.

Через некоторое время он неожиданно встретился с молодой рысью. Этот маленький хищник имел репутацию хорошего слушателя.



«Здравствуйте, дядюшка Рысь! Я  маленький белый кролик, и я хочу жить в мире с собой и окружающими. Вы можете мне помочь?»

Молодой Рысь посмотрел на него и сказал:

«Своими рысьими глазами я вижу то, что обычно остается

невидимым. Я знаю, что ты пытаешься найти варианты того, как жить в мире, так что слушай! В прошлом я хранил внутри себя все, что меня беспокоит; я часто был рассержен и печален. Я не думал ни о ком, кроме себя. Но теперь, как ты знаешь, я могу сказать то, что думаю, чего я хочу и как я себя чувствую. И более того я спрашиваю у других, что они думают о разных событиях, чего они хотят и что они чувствуют в своем сердце. Таким образом я могу жить в мире, также могут жить и остальные. Теперь ты знаешь, что только уважая себя и других, можно избежать ссоры и быть готовым жить в более счастливом мире.»

✌ **Маленький белый** кролик поблагодарил молодую Рысь и пошел домой. Когда он был почти у своего дома, он встретил несколько своих друзей, которые начали дразнить его, говорить неприятные вещи, подшучивать над ним, потому что он был маленьким и отличающегося от них цвета. ✌ **Маленький белый** кролик трижды глубоко вздохнул и представил голубое сияние вокруг себя. Почувствовав себя спокойным, он направился к самым молодым, чтобы переговорить с ними. Он спросил их, почему они ведут себя подобным образом, и рассказал им, что то, что они говорят, расстраивает его. Он также сказал им, как бы он хотел, чтобы к нему относились. Вместе они нашли решение, которое устраивало всех. (У учеников второго года можно спросить, как они думают, к каким решениям они пришли. Скажите им, что они могут проиллюстрировать, нарисовать или описать, эти решения во время творческой пятнадцатиминутки, если они захотят.) Так как конфликт был разрешен, ✌ **маленький белый** кролик пошел домой.

Он рассказал родителям о своем приключении и о том, как он может оставаться спокойным, следуя советам дядюшки Лиса, как он может разговаривать с другими, чтобы разрешить разногласия, как объяснила ему тетюшка Сова, и как он может уважать себя и других, чтобы жить в ладу со всеми и с самим собой, как предложил ему дядюшка Рысь. Родители внимательно выслушали его и поздравили прежде, чем сказали ему, что пора идти спать. Пока папа укладывал его, он рассказал сыну, что тот может выделять немного времени каждый день, думая о том, что он может сделать, чтобы жить в мире с собой и с окружающими. В ту ночь ✌ **маленький белый** кролик видел чудесные сны, потому что теперь он жил в мире, где было чуть больше умиротворенности.

3. Получение обратной связи (4 минуты)

Узнайте у детей, что они поняли из этой истории. (Принимайте только один ответ на вопрос, добавляйте информацию и упрощайте ответы, благодаря детей за то, что они так хорошо вас слушали).

Начните с того, что попросите их рассказать историю в хронологическом порядке.

- Вам понравилась история о маленьком белом кролике, который хотел жить в мире со всеми?

- Кто хочет рассказать мне историю? Спасибо!

- Можете ли вы вспомнить животных, с которыми он встречался?
Правильно, хитрый лис, сова и рысь.

- Вы помните, каким приемам его учили животные?

(Показывайте изображения животных, когда они отвечают на вопрос.)

Дядюшка Лис: Дыши глубже, чтобы успокоиться. (Попросите их подышать таким образом и представить голубое сияние вокруг них.)

Тетушка Сова: Поговори, чтобы разрешить спор.

Дядюшка Рысь: Уважай себя и других, чтобы жить в ладу.

- Что сказал ему отец, когда укладывал его в кровать?

Для того, чтобы жить в мире со всеми, необходимо тратить немного времени каждый день на размышления о том, что он может сделать для того, чтобы жить в гармонии.

Продолжайте задавать вопросы, связывая их с мыслями детей об агрессивном и неагрессивном поведении.

4. Размышления группы о мирном сосуществовании (4 минуты)

Цель: Помочь детям понять, что они чувствуют, когда сталкиваются с проявлениями агрессивного и неагрессивного поведения.

- Как вы думаете, что чувствует маленький кролик, когда его кто-то обижает?

- Как он себя чувствует, когда кто-то вежливо с ним разговаривает, когда с ним хорошо обращаются?

- Как вы думаете, ему больше нравится, когда его обнимают или бьют?

- Как вы думаете, как устроен неагрессивный мир? Как выглядит мир, в котором вам хорошо?

Переходите к вопросам о неагрессивных отношениях и поведении.

5. Неагрессивные отношения и поведение (6 минут)

Цель: Рассказать детям о формах неагрессивного поведения и отношений, которые они могут использовать.

Что вы можете сделать, чтобы сохранить хорошие отношения, если кто-то плохо с вами обращается?

1. Вы можете трижды глубоко вздохнуть – вдох через нос, выдох через рот, - что поможет вам успокоиться.

2. Вы можете поговорить, рассказать, что вы чувствуете, сказать, что вам не нравится, когда человек плохо с вами обращается и попросить его так больше не делать. Что вы точно можете сказать?: «Мне не нравится, когда ты так со мной обращаешься. Ведь руки нам даны, чтобы обнимать, а не чтобы толкаться и пихаться.»

Когда вы говорите подобным образом, вы **ОТСТАИВАЕТЕ СВОИ ПРАВА**, другими словами, вы выражаете свою мысль прямо и вежливо. Вы говорите так, потому что вы уважаете свои чувства, и вы спокойно и уверенно рассказываете о том, как вы оцениваете ту или иную ситуацию. **ОТСТАИВАНИЕ СВОИХ ПРАВ** означает, что вы уважаете себя и говорите о

том, что вы хотите жить в ладу с другими. Если вы выкрикиваете эти слова и толкаете или ударяете другого человека, означает ли это, что вы отстаиваете свои права? Нет. Это означает, что вы рассержены. Вы плохо обращаетесь с другим человеком, значит, вы не находитесь в гармонии с собой и окружающим миром, вы рассержены и агрессивны. А если вы ничего не говорите человеку, который плохо обращается с вами, что вы делаете? Вы УБЕГАЕТЕ, вы ничего не делаете, вы ПАССИВНЫ. Вы ведете себя как маленький кролик в начале истории: он ничего не сказал, когда его братья и сестры обидели его, он просто ушел. Очень важно разговаривать, чтобы остановить проявления агрессивного поведения.

Таким образом, для того, чтобы жить в мире с другими, как вам следует себя вести? Вы убегаете, сердитесь или вы отстаиваете свои права? Да, вы отстаиваете свои права!

3. Также очень важно уметь выслушивать и других людей для того, чтобы понять, что они чувствуют и вместе найти устраивающее обе стороны решение. Чтобы жить в ладу с собой и окружающими, я уважаю себя и других.

4. Вы можете использовать все эти приемы одновременно для разрешения спора.

6. Выбор людей, которые могут помочь при возникновении трудной ситуации (4 минуты)

Цель: Выбрать людей, к которым можно обратиться при возникновении трудной ситуации.

Важно также поговорить с кем-то, кто может вам помочь, если вы вовлечены в конфликт или сталкиваетесь с агрессивным поведением, если кто-то вас обижает, если вы грустите или не находите взаимопонимания с другими людьми. Вы можете поговорить с кем-то, кому вы доверяете, например, с родителями или другими членами вашей семьи. Так кому вы доверяете? Назовите мне имя взрослого, который может помочь вам жить в ладу с окружающим миром.

7. Рисование спокойного мира (15 минут)

Цель: Дать возможность каждому ученику выразить свое представление о спокойном мире посредством творчества

Попросите детей создать рисунок или стихотворение о мире. Затем устройте выставку получившихся работ в классных комнатах, спортивном зале, коридорах, лестничных пролетах, административных учреждениях и т.п., чтобы вся школа могла с ними познакомиться. Когда выставка завершится, работы могут быть отправлены посланникам мира, которые посещали школу.

- Попросите детей назвать действия, слова и жесты, которые ассоциируются у них с мирным поведением или могут быть использованы для описания спокойного мира. Что вы можете увидеть в спокойном мире?

- Приведите пример: в мире без агрессии руки созданы для того, чтобы обнимать. Теперь скажите мне, что вы видите в спокойном мире?

- Выслушайте несколько ответов и предложите детям нарисовать себя живущими в мире без агрессии.

- Теперь я предлагаю вам нарисовать себя живущими в спокойном мире.

- Дайте четкие инструкции по поводу рисования. Где можно рисовать, необходимое оборудование, лимит времени...

1. Каждый ребенок сидит за столом.

2. Раздайте бумагу, карандаши и т.п.

3. Дети подписывают свои работы в правом нижнем углу.

4. Заранее сообщите ребятам о лимите времени (с помощью стрелок на часах). Напомните им за две минуты до окончания выделенного на рисование времени, что через две минуты рисунки будут собраны.

5. Когда все рисунки закончены, их можно собрать все вместе и сделать коллаж (коллективная работа). Получившийся рисунок является оригинальным общим представлением о мире без агрессии.

6. В процессе рисования предложите ученикам, закончившим рисунки раньше завершения отведенного времени, разнообразить свои картины следующим образом:

а) попросите ребенка рассказать о своем рисунке;

б) попросите ребенка рассказать о тех возможностях, которые еще не отражены на рисунке (например, есть ли дома на заднем плане? или это школьная игровая площадка?);

в) всегда давайте возможность ребенку самому выбрать, каким образом продолжить рисунок.

8. Обратная связь после завершения рисования (5 минут)

Цель: Определить положительные последствия проживания в мире без агрессии.

- Дети собираются вокруг коллективной работы.

- Если рисунки не выставляются, попросите нескольких ребят выйти на середину класса, чтобы рассказать о представляемом ими мире без агрессии всему классу.

- Попросите нескольких ребят описать спокойную ситуацию, которую они изобразили, а также чувства героев, которые появляются на картинке.

- Завершите получение обратной связи по рисункам следующим образом: «Поднимите руки те, кто считают, что это важно - жить в спокойном мире. Да, для вас это тоже важно, поэтому я желаю вам жизни, полной спокойствия и мира».

9. Минута мира (1 минута) – дошкольники и первоклассники (30 секунд)

«Перед завершением занятия давайте все вместе разделим минуту мира, минуту, на протяжении которой вы будете представлять себе те

мирные поступки, которые вы сможете совершить сегодня.»

«Давайте начнем...; минута прошла.»

Попросите учеников рассказать о мирных поступках, которые они совершат сегодня, и предложите им каждый день на протяжении одной минуты размышлять о подобных поступках.

10. Завершение сессии (1 минута)

«Большое всем спасибо за участие. Вы также можете стать посланниками мира.» «Спасибо и хорошего дня!»

Авторы сказки «Маленький кролик» - Джоанна Джалифур (учитель) (Johanne Jalifour) и Себастьян Гай (тренер) (Sébastien Guy).

Контакты:

Посланники мира (The Ambassadors of Peace)

c/o Maison des jeunes de l'Azymut Est*Ouest 679, Chemin St-Joseph St-Nicolas, Québec, G7A 1Z4 Canada

E-mail: ambassadeurspaix@hotmail.com

<http://membres.lycos.fr/ambassadeurspaix>