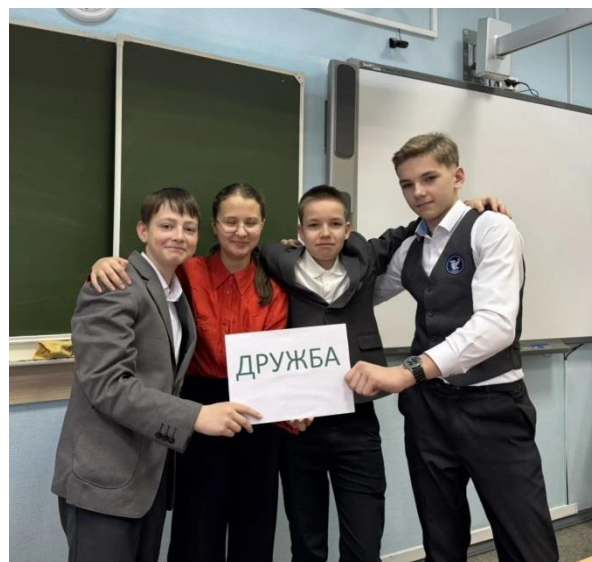


## Месячник медиации в лице: путь к конструктивному диалогу

В нашем лице в марте, традиционно, проходил месячник медиации, в рамках которого для наших лицеистов организовывались мероприятия, направленные на обучение детей жить без конфликтов, уметь взаимодействовать друг с другом. Мероприятия проходили в различных форматах (тренинги, игры по станциям, интерактивные занятия, диспуты, уроки здоровья) и включали в себя различные задания на коммуникацию.

6 марта команда нашего лицея из 8-10-х классов приняла участие в районной игре по станциям "ПРО-МИР", организованной ГБУ ЦППМСП Московского района (в рамках месячника медиации). Ребятам предстояло неожиданное испытание - станции нужно было проходить не в составе своей команды, а стать членом сборной группы, определенной путем жеребьевки группы участников. Такое задание предполагало развивать коммуникативные навыки, навыки командной работы и умения договариваться с незнакомыми людьми. Также на игре ребята проявили свои знания различных переговорных техник, стратегий поведения в конфликтных ситуациях и понимания роли медиатора в переговорном процессе.



Игра прошла динамично и увлекательно, хотя некоторые задания и дались командам нелегко. Всего в игре приняли участие обучающиеся из 7 школ Московского района. Благодарим организаторов за проведение такого полезного мероприятия.

12 марта для обучающихся 10А класса активисты Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» провели интерактивную встречу «Личные границы» в рамках Всероссийского проекта «Поколение ЗОЖ».

Психологическое здоровье — такая же часть ЗОЖ, как питание и спорт, а умение защищать своё психологическое пространство — один из ключевых навыков ментального здоровья. На уроке ребята не просто обсуждали теорию: они разбирали реальные ситуации, практиковали техники «Я-сообщения» и учились отказывать без чувства вины. Такие занятия помогают формировать осознанное отношение к себе и своему состоянию — с подросткового возраста.

Для учащихся 5-х классов была проведена коммуникативная игра "Общение и дружба". Ребята обсудили вопросы "Почему люди дружат?", "Чем отличается друг от друга", "Что такое привязанность", "Кто такой настоящий друг" и другие.

В интерактивной части урока каждый смог поучаствовать в веселых игровых заданиях: "Живая скульптура", "Мое настроение", "Скажи, какой я!". В завершение мероприятия ученикам было предложено написать небольшое эссе "Друг - это тот, кто..."



16 марта для ребят из 7Б и 7В классов – школьных активистов - было проведен тренинг на командообразование «На одной волне». Такое занятие проводится для улучшения своих навыков общения, навыков активного слушания для того, чтобы научиться лучше понимать друг друга и укреплять отношения внутри коллектива.

19 марта для обучающихся 9Б класса прошло интерактивное занятие «Конфликтолог: стратег и аналитик» с участием специалиста по работе с молодежью Отдела урегулирования конфликтов СПб ГБУ «ГЦСП «КОНТАКТ» *Умаровой С.С.*

Софья Сергеевна рассказала об основных задачах и функциях конфликтолога, о роли специалистов данной профессии в досудебном урегулировании споров, а также провела ряд практических упражнений по бесконфликтному общению среди подростков.





25 марта для обучающихся 6В и 8Б классов состоялся урок-дискуссия «Эмоции и чувства». На уроке говорилось, как научиться понимать причины эмоций, управлять ими, бережно взаимодействовать с окружающими и переключать эмоциональное состояние для достижения целей. Также все вместе рассуждали о том, чем чувства отличаются от эмоций и как уберечь себя от необдуманных поступков. В практической части занятия ребята развивали навыки спонтанного реагирования, выполнив упражнение «Эмоциональная гимнастика».

В течение недели для младших школьников также были проведены коммуникативные занятия «Как избежать конфликтов». В игровой форме ученики 4-х классов выполняли упражнения на невербальное общение и совместное творчество.

Все мероприятия проходили в дружелюбной обстановке, участники активно делились своим мнением, с интересом выполняли задания, были вовлечены в творческий процесс.

Умение управлять эмоциями в ситуации конфликта, принимать правильные решения и находить компромисс – это важные навыки, которые всегда актуальны и востребованы в жизни.

