



Teach Peace!

Миротворча освіта
для Нової Української Школи



Видавець:



У співпраці з:



**Teach Peace! Миротворча Освіта для Нової Української Школи. Збірка статей /
За загальною редакцією К. Зезюліної та І. Ландес. – Дніпро, 2021. 100 с.**

Ця збірка статей є спробою розкрити досить новий «парасольковий» термін – миротворча освіта. У збірці представлено статі фахівців-практиків у сфері медіації, ненасильницького спілкування, соціально-емоційного та етичного навчання, відновних практик, освіти з демократичного громадянства та прав людини, творчих методів трансформації конфліктів.

Публікація прослідковує зв'язок миротворчої освіти з реформою «Нова українська школа» та акцентує увагу на можливостях залучення досвіду миротворчої освіти для реалізації освітньої реформи в Україні.

Наша публікація має стати помічником учителя/вчительки в щоденній роботі. До неї можна буде звернутися, щоб краще зрозуміти різні підходи миротворчої освіти, знайти приклади вправ та надихнутися різноманітним досвідом, який вже втілюється в Україні.

Видання здійснено Комунальним закладом вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради в рамках співпраці, що фінансується німецьким урядом через Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH у межах проєкту Громадянська служба миру.

Видавець:

Deutsche Gesellschaft für
Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Головні офіси:

Бонн та Ешборн, Німеччина

Громадянська служба миру

GIZ Україна

Соборна площа, 7 б

49027 Дніпро, Україна

E info@giz.de

I www.giz.de/ukraine-ua

Редактори:

Катерина Зезюліна та Інгрід Ландес

У співпраці з

Комунальним закладом вищої освіти

«Дніпровська академія неперервної освіти»

Дніпропетровської обласної ради

Дніпро, Україна

Права на фото :

Авторів: **Ганна Борова**

(с. 93–98)

За дорученням

Федерального міністерства

економічного співробітництва

та розвитку Німеччини (BMZ)

Дніпро, 2021

Teach Peace!

Миротворча Освіта
для Нової Української Школи

Збірка статей

Дніпро, 2021

ЗМІСТ

Вітальне слово

Катерина Романенко 4

Передмова 5

Миротворча освіта та Нова українська школа: пошук спільних можливостей

Катерина Зезюліна, Інґрід Ландес 7

Компетентнісний підхід до формування гуманістичних відносин між учасниками освітнього процесу шляхом упровадження моделі «Мирна школа»

Віталій Панок, Надія Лунченко, Наталія Сосновенко 16

Ненасильницьке спілкування як основа для педагогіки партнерства

Марина Вострова 25

Практичне впровадження педагогіки миру і НУШ: кейс соціально-емоційного й етичного навчання в Україні

Якоб Фюрст 34

Досвід реалізації освітнього проєкту «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів»

Євгенія Кочерга, Світлана Лук'яненко 65

Виховання активних і відповідальних громадян через демократизацію шкільного життя

Христина Чушак 72

Медіація в українській школі: від інновації до повсякденної практики

Андрій Гусєв 79

Амбасадори миру – спільнота, яка виросла зі звичайного навчання та поступово перетворилася на потужну мережу педагогів-миротворців

Ганна Борова 93

Вітальне слово

Я рада привітати читачів цієї збірки. Ідея її створення народилась під час тренінгу «Майстерня миру», що відбувався в жовтні 2020 року в Дніпрі. Учасники тренінгу, педагоги Дніпропетровської області озвучили свою потребу у матеріалах, до яких можна було б звернутися навіть після завершення проєкту та ще більше заглибитися в певні аспекти миротворчої освіти.

Чому зараз так важливо говорити про миротворчу освіту? Тому що фактично досить тривалий час попередня система виховання була направлена на ненависть, протистояння, на те, щоб виховувати в душі війни. Зараз настав час виховувати людину миролюбну, яка готова розв'язувати конфлікти мирним, ненасильницьким шляхом, готова до діалогу, і по суті є людиною неагресивною.

Тому в зв'язку з цим треба змінювати зміст освітнього процесу, більше говорити про толерантність та миролюбство. Важливо презентувати вчителям методи та підходи миротворчої освіти, щоб далі це відобразилось на освітньому процесі і знайшло своє місце в школах.

Сучасна європейська практика виховання миролюбства і толерантності ставить у центр педагогічного процесу розвиток рівноправного діалогу дитини і педагога, коли сповідується принцип дитиноцентризму, тобто людина (і перш за все дитина) розглядається як найвища суспільна цінність.

У здійсненні миротворчої освіти особливе навантаження покладається на освіту і працівників освіти. Миролюбство, прагнення до мирного співіснування з іншими людьми, народами і культурами передбачає здатність до безконфліктного вирішення всілякого роду суперечностей. Така здатність є ознакою людини, яка набула її в процесі добре організованого виховання і навчання. Любити мир, поважати мир, сприяти утвердженню мирного способу життя є основними характеристиками миролюбства і програмою виховання мільйонів людей різних країн і культур європейського світу.

То ж ми продовжуємо спільно з нашими партнерами навчати і навчатися, як виходити з конфліктних ситуацій, постояти за себе і при цьому не застосовувати силу чи підвищений голос, володіти собою, а не йти за емоціями гніву, допомагати іншим опановувати себе під час розв'язання конфліктів. І це видання – це ще один крок до нашої мети!

Катерина Романенко,

директор навчально-наукового інституту управління

Дніпровської академії неперервної освіти

Передмова

Пропонуємо вашій увазі збірку статей, що має на меті розкрити поняття миротворчої освіти та дослідити її зв'язок з концепцією реформи освіти в Україні «Нова українська школа» (НУШ). У нашому розумінні миротворча освіта – це «парасольковий» термін, що об'єднує різні підходи та методи, які популяризують культуру миру через виховання активних громадян та впровадження змін до шкільної культури. «Культура миру» – це водночас візія та мета, зміст та практика миротворчої освіти.

Ми бачимо потребу в миротворчій освіті в Україні сьогодні, адже сучасна школа стикається з рядом викликів та протистоянь, які є результатом збройного конфлікту на сході країни та поляризації суспільства в кожному місті та селищі нашої держави. Сучасна школа одночасно є віддзеркаленням цих процесів та місцем їх можливої трансформації.

Це видання познайомить вас з різними проектами, методами та підходами, які будують мир в Україні через освіту наступного покоління громадян. Публікація є результатом роботи декількох провідних фахівців у сфері медіації, ненасильницького спілкування, соціально-емоційного та етичного навчання, відновних практик, освіти з демократичного громадянства та прав людини, творчих методів трансформації конфліктів.

Напочатку **Інгрід Ландес** та **Катерина Зезюліна** більш детально розкажуть, чим є та з чого складається миротворча освіта. Досліджуючи різні підходи та методи миротворчої освіти ми побачимо точки дотику цього терміну з концепцією НУШ. Ви познайомитеся зі сферами впровадження миротворчої освіти в школі та поміркуєте, що для цього треба в Україні.

Віталій Панок, **Надія Лунченко** та **Наталія Сосновенко** представили національний шкільний експеримент, що реалізується в проєкті «Мирна школа». Системний підхід до освітнього процесу цієї моделі складається з чотирьох компонентів (відновний підхід, шкільної медіації, життєстійкості та культури добросусідства) та сприяє побудові безпечного шкільного середовища. Автори розкривають суть моделі, презентують результати дослідження конфліктів в школі та діляться методом проведення відновного кола, який є основою будь-якого відновного простору.

Марина Вострова розповідає про можливості ненасильницької комунікації, як способу реалізації педагогіки партнерства в школі. Авторка дає поради педагогам, як розвивати навички дружнього та турботливого ставлення до себе, а також застосовувати ненасильницьке спілкування з учнями в класі. Вона ділиться прикладом впровадження ненасильницького спілкування в одній зі шкіл України, розказану її директором.

Якоб Фюрст ділиться з нами захопливою історією про те, як організація EdCamp Україна в пошуку програм для впровадження НУШ привезла з Індії соціально-емоційне й етичне навчання (СЕЕН). Разом із структурою та змістом СЕЕН ви познайомитеся з прикладами вправ для середньої школи на розвиток самовідчуття та дізнаєтесь, як долучитися до руху СЕЕН в Україні.

Євгенія Кочерга та **Світлана Лук'янченко** знайомлять нас зі своїм проектом «Митці згоди». Переконавшись на власному досвіді у дієвості творчих методів трансформації конфліктів, вони презентують свої напрацювання, а саме вправи на активізацію уваги, згуртування та розслаблення. Ці методи активують різні органи чуттів учнів та сприяють налагодженню порозуміння та підтримки в класі.

Христина Чушак ділиться з нами напрацюваннями Програми підтримки освітніх реформ в Україні «Демократична школа», розказує про складові успіху демократичних змін в школі та представляє практичні інструменти для вчителів, директорів шкіл та навіть батьків, яким цікаво просувати демократію та права людини в школі.

Андрій Гусєв розповідає нам історію розвитку шкільної медіації в Україні. З його статті ми дізнаємося з чого починалась медіація в школах та які моделі та підходи шкільної медіації існують зараз. Автор ділиться медіаційними техніками та радить з чого почати, якщо ви хочете використовувати медіацію у власній школі.

І нарешті, **Ганна Борова** представляє нам проект Амбасадори миру. Ця історія про миротворчу ініціативу на сході України розказує про перші кроки проекту, його цілі, діяльність, реалізовані тренінги та ділиться секретом успіху, як проект дав початок потужній мережі освітян, до якої можете долучитися і ви.

Це видання стало результатом співпраці Громадянської служби миру (GIZ) та Комунального закладу вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради», а особливо її співробітницям – **Якименко Людмилі**, (директорці обласного навчально-методичного центру підвищення кваліфікації педагогічних працівників) та **Романенко Катерині** (директорці навчально-наукового інституту управління). Академія – це заклад вищої освіти, що має на меті підвищення кваліфікації педагогів в умовах становлення Нової української школи та надає науково-методичний супровід реформі освіти. Громадянська служба миру підтримує заходи Академії спрямовані на формування навичок трансформації конфліктів, ведення діалогу, медіації та ненасильницького спілкування учнів і педагогів у шкільному середовищі.

Радниці зі зміцнення миру Громадянської служби миру (GIZ) надають свою експертизу з питань трансформації конфліктів, педагогіки миру та діалогу та спільно з Академією організували міжнародну науково-практичну конференцію «Teach Peace! Миротворча Освіта для Нової Української Школи». На конференції було представлено міжнародний та вітчизняний досвід впровадження миротворчої освіти. Частина напрацювань конференції висвітлено на сторінках цього видання. З рештою запрошуємо вас познайомитися на нашій сторінці в Фейсбук <https://www.facebook.com/GIZ.CPS.Ukraine>.

В Україні Громадянська служба миру реалізується Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) та сприяє розвитку потенціалу громад і шкіл Дніпропетровської, Запорізької та Харківської областей.

Катерина Зезюліна, Інгрід Ландес,

Радниці з миротворчої освіти

Громадянської служби миру GIZ

Миротворча освіта та Нова українська школа: пошук спільних можливостей

Катерина Зезюліна та Інґрід Ландес,
радниці з миротворчої освіти
Громадянської служби миру
Deutsche Gesellschaft für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Починаючи з 2018 року Громадянська служба миру (GIZ) просуває ідею та підходи миротворчої освіти в Україні. Разом з нашими партнерами ми досліджуємо, що стоїть за терміном Peace Education, який українською перекладають як миротворчу освіту або педагогіку миру. Можливо, два роки – це не такий і довгий час для того, щоб сформувати теоретичне підґрунтя для певного іншомовного терміну та наповнити його місцевим змістом. Втім, спираючись на досвід впровадження проєктів наших партнерів ГО «Інститут миру та порозуміння», ГО «ЕдКемп Україна», ГО «Сила Майбутнього», ГО «Простір Гідності», КЗВО «Дніпровська академія неперервної освіти» та спілкуючись з освітянами України, ми сформували певне бачення того, що таке миротворча освіта, чому вона важлива та корисна для України та, нарешті, яким чином її можна реалізовувати в умовах «Нової української школи».

Чому миротворча освіта?

Громадянська служба миру – це програма, яка допомагає трансформувати конфлікт та долати його наслідки в різних країнах світу. В Україні вона зосереджується на зменшенні радикалізації суспільства, як одного з наслідків збройного конфлікту на сході. Для нас освіта – це найбільш дієвий інструмент подолання конфліктів та побудови миру в довготривалій перспективі.

Аналізуючи сучасну історію України та різноманіття реалій і політичних поглядів сьогодення, бачимо нагальну потребу в створенні цілісного громадянського суспільства, здатного виробити імунітет до поляризації та радикалізації, здібного в підтримці демократичних цінностей та відстоюванні прав людини. Велика кількість одночасних змін та новацій в останні роки призвели до виснаження, незахищеності та навіть почуття страху і розчарування для багатьох. Такий стан речей може бути з легкістю використаний екстремістськими рухами, що протистоять різноманіттю та можливості існування різних поглядів демократичного суспільства. Однак відповідь на питання «Як ми хочемо жити разом?» – нам ще доведеться шукати, розвиваючи та посилюючи демократичні та миротворчі цінності і ставлення.

Миротворча освіта дає відповіді на ці питання – це освітні підходи, що вчать мирному ненасильницькому життю разом в різноманітному демократичному суспільстві, які активно

впроваджуються через неформальну освіту громадськими організаціями, як українськими, так і міжнародними.

Нова Українська Школа

Спираючись на розуміння, що школа є основоположним місцем формування нового покоління громадян України, в 2016 році Міністерство освіти та науки України розпочало реформу національної освітньої системи – Нова Українська Школа (НУШ). Реформа ставить собі за мету – потужну державу і конкурентну економіку, яку забезпечить згуртована спільнота творчих людей, відповідальних громадян, активних і підприємливих.

Ми бачимо миротворчу освіту – як можливість наповнити громадянську та соціальну компетентність¹, одну з 10 ключових компетентностей НУШ, міжнародним досвідом, новими теоріями та творчими методами для того, щоб допомогти реформі сформувати ідентичність такого школяра-громадянина, який міг та хотів мирно жити в демократичній державі.

Що таке миротворча освіта?

Коли ми говоримо про миротворчу освіту, ми розуміємо, що немає єдиного підходу, що зветься «миротворча освіта», який має окремі компетентності, методи, теми. Тоді що ми маємо на увазі, на чому будуємо наше бачення?

Передусім, дозвольте зазначити, що «мир» для нас – це не політичне гасло, його визначення не обмежується відсутністю насилля і війни. Йохан Галтунг, «батько» науки про мир, називав це терміном «негативний мир»². Натомість «позитивний мир» – це створення таких механізмів і структур, при функціонуванні яких конфлікти або зовсім не виникають, або вирішуються на початковій стадії.

Миротворчі рухи мали значний вплив на просування культури миру, і як наслідок сприяли створенню програми миротворчої освіти. У кінці 80-тих років, коли світ переживав епоху великих розділів та падіння колоніальних режимів, резолюції ООН почали проголошувати культуру миру в якості пріоритету.

Бачення миротворчої освіти власне і виходить з визначення культури миру. Говорячи, мовою ООН, це є *«набір цінностей, ставлень, моделей поведінки та стилів життя, які відмовляються від насилля та запобігають конфліктам, звертаючись до їх причин завдяки вирішенню проблеми через діалог та перемовини між індивідами, групами та націями»*³. «Культура миру» ґрунтується на універсальних цінностях поваги до життя, свободи, справедливості, солідарності, толерантності, правах людини та рівності між чоловіками та жінками.

¹ Соціальна та громадянська компетентності. Усі форми поведінки, які потрібні для ефективної та конструктивної участі у громадському житті, в сім'ї, на роботі. Уміння працювати з іншими на результат, попереджати і розв'язувати конфлікти, досягати компромісів. Повага до закону, дотримання прав людини і підтримка соціокультурного різноманіття. (Нова Українська Школа. Концептуальні засади реформування середньої школи, – с.12, режим доступу <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>)

² Galtung, J. (1996). Peace by peaceful means: Peace and conflict, development and civilization (Vol. 14). Sage.

³ UN. General Assembly (52nd sess. : 1997-1998). A/RES/52/13. Culture of Peace : resolution / adopted by the General Assembly.

Еліза Боулдінг, відома дослідниця миробудування і конфліктології, пояснила цей термін такими словами:

«Простіше кажучи, культура миру – це культура, яка сприяє мирному різноманіттю. Така культура охоплює життєві шляхи, моделі переконань, цінностей, поведінки та відповідні інституційні механізми, що сприяють взаємному піклуванню та добробуту, а також рівності, що включає в себе розуміння відмінностей, управління та справедливий розподіл ресурсів. ... Вона забезпечує взаємну безпеку людства у всьому його багатоманітті через глибоке почуття самотності видів, а також спорідненість з живою природою. Немає необхідності в насиллі».⁴

У широкому розумінні ООН миротворча освіта втілюється не тільки через програму освітніх закладів, а також через позакласне та неформальне навчання. Для нас, тих, хто працює у сфері освіти, важливо наголосити на відмінності між соціальною метою миротворчої освіти та навчальними результатами. Як зазначав Моріц Білагхер (Moritz Bilagher) в недавньому випуску журналу Factis Pax Journal ([Journal Contents/Archive | \(infactispax.org\)](http://www.infactispax.org/journal)) «Хоча її соціальною метою є мир, для того, щоб бути освітою, вона має мати навчальні завдання»⁵.

Звідки нам взяти ці завдання? Ще в 1975, класик миротворчої теорії Йохан Галтунг, наголосив, що необхідно терміново розробити та узгодити єдину теорію миротворчої освіти. Втім обговорення тривають і досі. Завдяки розвитку різних освітніх підходів та розробці компетентісно-орієнтованого навчання з його рамками та класифікаціями, зараз **ми працюємо з цілим спектром різних повноцінних підходів під «парасолькою», що зветься Миротворча освіта. Всіх їх об'єднує спільна мета – популяризація культури миру.** Тому, що стосується навчальних результатів та програм, – ми відштовхуємось від теорії та напрацювань конкретних підходів, їх розробок та компетентностей.

Ми працюємо з такими теоріями та підходами, що безпосередньо співзвучні з темою миру, як «Концепції миру» або «Трансформація конфліктів», а також тими, що мають тісний зв'язок, наприклад «Освіта з прав людини та освіта з демократичного (глобального) громадянства», «Інтеркультурна комунікація», «Ненасильницька комунікація», «Різноманіття», «Протидія расизму та упередженням», «Соціально-емоційне та етичне навчання». Всі вони для нас – підходи миротворчої освіти.

Яким чином запровадити миротворчу освіту?

Розуміння процесу навчання дуже сильно змінилося за останні 100 років як в нашій країні, так і в світі в цілому. Нові реалії світу, що надзвичайно швидко змінюється; майбутнього, яке не можна не тільки передбачити, а й навіть уявити; учнів, які мають інший досвід пізнання оточуючого світу, відмінний від їх учителів – змусили переосмислити процес навчання.

Реформа НУШ має на меті системно змінити освіту в Україні через запровадження змін, які б відповідали потребам сьогодення. Ми зі свого боку хочемо зробити акцент на тих

⁴ Boulding, E. (2000). Cultures of peace: The hidden side of human history. Syracuse, NY: Syracuse University Press.

⁵ Bilagher, Moritz (2019). "Towards an Agreement on Learning Outcomes For Peace Education." Volume 13, Number 2. URL: <http://www.infactispax.org/journal>

аспектах сучасного освітнього процесу, які, на нашу думку, найкращим чином сприятимуть впровадженню миротворчої освіти в Україні.

Компетентнісний підхід

Починаючи з 70-х років XX століття, спираючись на психологічні дослідження процесів засвоєння інформації, навчання розглядається, як активна та цілеспрямована діяльність учня, що ґрунтується на його мотивації та увазі.

Успішне та якісне навчання визначається через активне використання отриманих знань, навичок, цінностей та ставлень в конкретній ситуації. Така комбінація – називається компетентністю.

Отже, тепер освіта не розглядається, виключно як процес засвоєння інформації або передачі знань від учителя до учня. Зараз набагато швидше та повніше з цим завданням можуть справитися інформаційні технології, зокрема мережа Інтернет. Втім необхідні навички, цінності та ставлення важко розвинути без допомоги вчителя та програми, яка б збалансовано їх викладала.

В останні 10 років більшість європейських держав активно реформує свою систему освіти з фокусом на компетентнісно орієнтоване навчання через створення нових навчальних програм та зміни у системі підготовки вчителів.

Реформа НУШ також наголошує на впровадженні компетентнісного підходу в освіту через розвиток учнем 10 ключових компетентностей. Для нас особливий інтерес в контексті миротворчої освіти становлять «Соціальна та громадянська компетентності – усі форми поведінки, які потрібні для ефективної та конструктивної участі у громадському житті, в сім'ї, на роботі. Уміння працювати з іншими на результат, попереджати і розв'язувати конфлікти, досягати компромісів. Повага до закону, дотримання прав людини і підтримка соціокультурного різноманіття.»⁶

Соціальна та громадянська компетентності – є наскрізними, а саме такими, які розвиваються на всіх предметах, у ході навчального та виховного процесу.

І тут багато вчителів стикаються з питанням, які саме знання, навички, цінності та ставлення соціальної і громадянської компетентності можна розвивати, скажімо, на уроках математики чи фізкультури. На перший погляд, громадянина можна виховати на уроках історії, права чи літератури. А що робити з цим учителю фізики чи геометрії?

Концепція НУШ не дає відповіді на це питання, втім і не ставить собі це за мету. Державний стандарт повної загальної середньої освіти ширше розкриває перелік соціальних та громадянських компетентностей (умінь і ставлень), якими має оволодіти учень у школі, а також описує результати навчання учнів з громадянської та історичної освітньої галузі.⁷

На нашу думку це є великим кроком для розвитку компетентностей, необхідних для мирного співжиття в сучасному суспільстві. Втім, для більш повного розуміння компетентнісного підходу та полегшення процесу складання програми та підготовки вчителя до уроку

⁶ Концепція нової української школи. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>

⁷ Державний стандарт повної загальної середньої освіти. Постанова КМУ № 898 від 30.09.2020 року

пропонуємо звернути увагу на Рамку компетентностей для культури демократії, розроблену Радою Європи.⁸ Компетентності з культури демократії в повній мірі відповідають цілям та задачам миротворчої освіти. А тритомне видання Рамки містить не тільки пояснення та рекомендації щодо роботи з компетентнісним підходом, але й дескриптори (опис компетентностей) за рівнями. Ми сподіваємось, що це допоможе вчителю при плануванні та оцінці результатів навчання та зробить процес розвитку соціальної та громадянської компетентності більш зрозумілим і простим.



Рис. 1: Компетентності для культури демократії⁹

Навчання через досвід

Розвиток компетентностей миротворчої освіти загалом є досить нелегкою сферою, зокрема, що стосується розвитку цінностей та ставлень. У цьому процесі і учень, і вчитель уже мають свій багаж досвіду реагування на конфлікт ще до початку навчання. Тому звичні формальні методи роботи (презентації, лекції, розповіді, вивчення схем та таблиць, обговорення) можуть не спрацювати. Велика вірогідність того, що кожен зробить свою проекцію з почутого, упевниться в своєму досвіді і якісних змін не відбудеться.

Натомість для зміни цінностей та ставлень важливо створити можливість отримати інший досвід у стінах школи. Навчання через досвід – це ключова характеристика неформальної освіти, яка сьогодні все більше і більше інтегрується в формальну (шкільну) систему.

⁸ Рамка компетентностей для культури демократії https://www.schools-for-democracy.org/images/documents/88/ramka_kompetentnostei_dlya_kultury_demokratiyi_ua.pdf

⁹ Martyn 2020, Reference Framework of Competences for Democratic Culture – Volume 1, page 38.

Девід Колб зробив значний внесок в розвиток концепції навчання через досвід та стверджував, що безпосередній **досвід** є **першопочатковим джерелом навчання та розвитку**¹⁰. Він описував навчальний цикл, що складався з 4 стадій.



Рис. 2: Навчальний цикл Д. Колба

За Д. Колбом ефективне навчання можливе тоді, коли учень проходить повне коло навчання через досвід (отримує досвід, рефлексує, концептуалізує, знову експериментує). На першому етапі учень отримає новий чи згадає попередній досвід через виконання інтерактивної вправи, симуляційної гри, театр, дискусію. Наступним кроком буде викласти хід подій у деталях та озвучити свої почуття щодо отриманого досвіду. Потім учасник аналізує новий досвід, робить висновки або змінює свої попередні твердження під впливом щойно отриманого досвіду. І нарешті, зробивши висновки, учасник застосовує їх до нової схожої ситуації, врахувавши попередні помилки. Таким чином, виконавши цей крок, учень стає знову на перший щабель «конкретний досвід», але вже наступного циклу, що розвивається по спіралі.

Як бачимо, цей процес не є простим та потребує певної підготовки вчителя. Окрім проведення інтерактивних вправ-симуляцій реальності, де учень безпосередньо діє та напрацьовує досвід, ще більш важливою є підтримка та супровід учителя. Сама по собі вправа, у цьому випадку, не настільки цінна, як важливим є обговорення, створення атмосфери, де можна безпечно поділитись емоціями та ідеями, самостійно зробити висновки та їх озвучити.

Процес створення або зміни цінностей та ставлення не може бути привнесений ззовні. Він має бути активно пережитий кожним учнем індивідуально. І тут важливо створити такі умови, щоб досвід отриманий у ході вправи не відрізнявся, а відповідав щоденному життю в школі в цілому.

¹⁰ Kolb, D (1984). *Experiential Learning as the Science of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Розширення горизонтів

Багато вчителів, з якими ми працювали, говорять, що миротворча освіта є цікавою для них, втім певні теми є досить складними та неоднозначними. Часто ми намагаємось уникати гострих тем, не підіймати політичних питань та не обговорювати контраверсійні події, щоб не нашкодити учням. Втім «слон лишається в кімнаті» і питання переростає в проблему, а згодом і потенційний конфлікт.

Виходячи з завдань Нової української школи та миротворчої освіти, виявлення поваги до інших, толерантність, уміння конструктивно співпрацювати – є компетентності, які ми прагнемо розвивати в учня. То що ж тоді робити дорослому вчителю, коли інколи така задача і для нього виявляється нелегкою?

Серед тих підходів неформальної освіти, з якими ми працювали¹¹, ми помітили певну послідовність кроків у навчальних програмах:

- 1. Дослідження себе та прийняття.**
- 2. Позитивний досвід різноманіття групи, досвід життя разом.**
- 3. Визнання викликів життя разом у різноманітному суспільстві.**
- 4. Як реагувати? Наступні кроки для змін у власному оточенні.**

Не зважаючи на різницю в підходах, першим кроком багатьох програм є пізнання себе, краще розуміння своїх сильних сторін, інтересів, емоцій та потреб. Після відкриття себе та пошуку свого місця в групі індивідів з унікальним набором якостей та потреб, учасники отримують досвід групової взаємодії, життя разом. Цей досвід одночасно цікавий завдяки різноманіттю, та складний через труднощі, які воно приносить.

Така групова взаємодія дає можливість у безпечних умовах отримати досвід дискримінації, виключення, конфлікту, протиріч, обмеження власних потреб тощо. Роль вчителя в цьому процесі – не лишити учнів наодинці в цьому негативному досвіді, а допомогти їм знайти вихід з ситуації. У цій ситуації випробовуються та вчаться стратегії активної участі, впливу та зміни обставин, створення нових правил, за якими група хоче жити далі. Підтримка вчителя та заохочення до активної участі – є запорукою успіху цього процесу.

Можливо, ми не зможемо повністю змінити світ завдяки освіті, втім компетентності, отримані в ході навчання, зможуть допомогти подолати протиріччя та протистояння в конкретному випадку для певної особи.

¹¹ Наприклад такі програми “ABC of Democracy”, “Anti-Bias Education” або “Соціально-емоційне та етичне навчання»;

Nivi Shinar-Zamir (2006). ABC der Demokratie. Demokratie-Erziehung für Kinder vom Kindergarten bis zur 6. Klasse, Adam-Institute for Democracy and Peace Jerusalem (Ed.). /

Derman-Sparks, L. (1989). Anti-bias curriculum: Tools for empowering young children. National Association for the Education of Young Children, 1834 Connecticut Avenue, NW, Washington, DC 20009-5786.

Системний підхід до змін в школі

І нарешті, погляньмо на школу, як систему, що може впровадити миротворчу освіту на різних рівнях. Для якісних і тривалих змін в школі весь колектив має поділяти однакові цінності та працювати для спільної мети.

На що саме потрібно звернути увагу, якщо ми хочемо перетворити школу на більш безпечне та мирне середовище, яке вчить учнів культурі миру? У системному підході **«культура миру та ненасилля» – це мета і візія, зміст та практика миротворчої освіти одночасно на всіх рівнях шкільного життя**. Тому миротворчий та ненасильницький розвиток системи освіти та викладання зокрема потребує системних змін на таких рівнях:

- **Культура школи** (традиції, свята, усталені норми...).
- **Шкільні процедури та управління школою**
 - **стиль та процедури вирішення питань життя школи;**
 - **комунікація та взаємодія** між різними учасниками освітнього процесу (батьками, учителями, учнями, адміністрацією).
- **Культура викладання** (зміст, методи, спілкування) кожного окремого вчителя.
- **Програма різних предметів.**
- **Міждисциплінарні зв'язки та позакласна діяльність.**

Ми розуміємо, що такі зміни – це не історія одного місяця чи навіть одного року, це тривалий процес з успіхами, невдачами та навчанням на власному досвіді.

І хоча зараз все це може здаватися нереалістичним, досвід десятків шкіл України, які впроваджують довгострокові системні зміни завдяки підтримці нашої програми, говорить протилежне.

Навіть одне заняття чи один предмет з розвитку компетентностей миротворчої освіти матиме певний ефект. Вплив одного вчителя на зміст чи стиль викладання в системі, яка чинить опір, може видатись несуттєвим. Однак, згадайте вашого улюбленого учителя зі школи. Хіба він чи вона не були «відчайдушними революціонерами», що робили щось унікально, не так, як інші, тому їх уроки вам так запам'ятались?

Пропонуємо вам познайомитись з проєктами, які працюють у напрямку підвищення кваліфікації вчителів, вносять зміни у шкільну культуру, проводять незвичні позакласні заняття та трансформують стиль взаємодії та спілкування в школі, і знайти те, що відгукнеться саме вам.

Список використаних джерел

1. Нова Українська Школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. режим доступу <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf> (дата звернення: 15.12.2020)
2. Рамка компетентностей для культури демократії https://www.schools-for-democracy.org/images/documents/88/ramka_kompetentnostei_dlya_kultury_demokratiyi_ua.pdf
3. Bilagher, Moritz (2019). "Towards an Agreement on Learning Outcomes For Peace Education." Volume 13, Number 2. URL: <http://www.infactispax.org/journal> (дата звернення: 15.12.2020)
4. Boulding, E. (2000). Cultures of peace: The hidden side of human history. Syracuse, NY: Syracuse University Press.
5. Derman-Sparks, L. (1989). Anti-bias curriculum: Tools for empowering young children. National Association for the Education of Young Children, 1834 Connecticut Avenue, NW, Washington, DC 20009-5786.
6. Galtung, J. (1996). Peace by peaceful means: Peace and conflict, development and civilization (Vol. 14). Sage.
7. Kolb, D (1984). Experiential Learning as the Science of Learning and Development. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
8. Shinar-Zamir, Nivi (2006). ABC der Demokratie. Demokratie-Erziehung für Kinder vom Kindergarten bis zur 6. Klasse, Adam-Institute for Democracy and Peace Jerusalem (Ed.).
9. UN. General Assembly (52nd sess. : 1997-1998). A/RES/52/13. Culture of Peace : resolution / adopted by the General Assembly.

Компетентністний підхід до формування гуманістичних відносин між учасниками освітнього процесу шляхом упровадження моделі «Мирна школа»

Віталій Панок,

директор Українського науково-методичного центру
практичної психології і соціальної роботи, доктор
психологічних наук, професор,
член-кореспондент НАПН України

Надія Лунченко,

науковий співробітник Українського науково-методичного
центру практичної психології і соціальної роботи

Наталія Сосновенко,

науковий співробітник Українського науково-методичного
центру практичної психології і соціальної роботи

Система освіти в Україні на сьогодні перебуває в процесі трансформації: оновлюється підхід та принципи освітнього процесу, який ґрунтується на формування життєздатної, творчої людини з розвиненим почуттям відповідальності та гідності. Тому пріоритетним є ціннісний, соціально-моральний гуманістичний розвиток особистості.

Заклад освіти, як один із агентів первинної соціалізації молодшої людини, відіграє надзвичайно важливу роль у становленні й розвитку особистості, закладаючи в співпраці з родиною систему ціннісних координат, яку нинішня дитина надалі буде розвивати у своєму дорослому житті [11]. Саме тому Закон України «Про освіту» визначає, що метою освіти є всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства, її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству [7]. Зрозуміло, що необхідною умовою для досягнення такої амбітної мети є створення безпечного та комфортного освітнього середовища, що підтримує особистість здобувача освіти, вчасно реагує на її потреби та з повагою ставиться до її індивідуальних особливостей.

Нинішня ситуація з радикалізацією українського суспільства сприяє агресивній поведінці дітей та їх батьків. Україна все ще має докласти зусиль для подолання конфліктів та грубої поведінки серед дітей, а також звернути увагу на погляди та думки дітей у процесі освіти.

Вивчення вітчизняного і зарубіжного досвіду з розробки та застосування методик профілактики і подолання конфліктів, формування толерантного ставлення до дітей, які опинились у складній життєвій ситуації внаслідок військового конфлікту, забезпечення науково обґрунтованого інклюзивного підходу до них привело дослідників до конструювання системної моделі формування гуманістичних відносин у закладі освіти, яка одержала назву «Мирна школа» та спрямована на формування партнерства й атмосфери довіри в Новій українській школі [5].

Відсутність належним чином сформульованого філософсько-методологічного підходу до організації освітнього процесу задля створення безпечної та позитивної атмосфери в школі, призведе до підвищення рівня насильства в школах, залякування, конфліктів на основі ідеологічної розбіжності (особливо в закладах з великою кількістю внутрішньо переміщених осіб).

Тому, зважаючи на актуальність проблеми, Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи спільно з Інститутом модернізації змісту освіти за підтримки ГО «Інститут миру і порозуміння», Програмного офісу forum ZFD в Україні (Forum Civil Peace Service-Ukraine) та Громадянської служби миру Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH реалізує експеримент всеукраїнського рівня «Формування гуманістичних відносин між учасниками освітнього процесу шляхом упровадження моделі «Мирна школа» на 2019-2022 роки (надалі – Експеримент).

Експеримент має на меті теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність застосування моделі «Мирна школа» як системної соціальної технології організації освітнього процесу, що сприяє створенню безпечного середовища у шкільній громаді та формуванню компетенцій задля гуманізації відносин між учасниками освітнього процесу.

Зasadничими принципами моделі «Мирна школа» (надалі – Модель) є: розуміння, повага, турбота, відповідальність як основа гуманістичних міжособистісних взаємин між учасниками освітнього процесу. Дотримання цих принципів уможливлює формування атмосфери довіри в школі – ключової позитивної зміни для реалізації Моделі.

Усі компоненти Моделі «Мирна школа» базуються на спільних цінностях, описаних нижче, та діють за принципами системності, сталості та універсальності. Модель загалом побудована на відновному підході, який дозволяє водночас поєднати в собі чітко визначені стандарти поведінки (межі/правила, які не можна порушувати та контроль за ними), свободу в контексті підтримки і заохочення дітей, підлітків та дорослих змінювати свою поведінку та розвивати спосіб мислення і навички, орієнтовані на формування згуртованої шкільної спільноти. Тобто, якщо заклад освіти є середовищем для спільного навчання, то поведінка і відносини усіх членів шкільної громади мають ґрунтуватися на якісному розумінні засад співробітництва та тих правил і принципів, які забезпечують умови комфорту і безпеки. У Моделі узагальнено визначені чотири цінності, які є засадничими для відновного підходу: **розуміння, повага, турбота і відповідальність** [1].

Розуміння є передумовою і запорукою дотримання тих меж і правил, які є важливими для почуття безпеки в шкільній громаді, яке досягається через залучення та включення учнів в процес розробки, формування спільних принципів і правил поведінки в школі. Більшість ключових переконань якраз містять в собі саме цю цінність.

Таким чином, відновний підхід в Моделі «Мирна школа» визнає важливість розуміння себе, а саме – власних емоцій, почуттів і потреб для визначення правильних дій, пошуку шляхів вирішення конфліктів і розв’язання проблем. Також Модель передбачає навчання саморефлексії та соціальним навичкам для кращого розуміння себе та інших і формуванню навичок профілактики насильства і побудови міцних стосунків.

Повага проявляє себе, в першу чергу, в тому, що ми визнаємо право безпосередніх учасників освітнього процесу брати участь у вирішенні питань, що стосуються їх безпосередньо.

Відповідальність в Моделі «Мирна школа», на відміну від авторитарного підходу, означає не покарання, а тісним чином пов’язана з розумінням, і означає усвідомлення наслідків власних дій для інших та дії на виправлення завданої шкоди, що дозволяє відновлювати порушені стосунки і будувати соціальний капітал.

Нарешті, **турбота**, виявляється у тому, що в рамках Моделі одна з ключових цінностей стосується взаємовідносин між членами шкільної громади, кожен з яких турбується про формування міцних стосунків в громаді і відновлення зруйнованих стосунків у разі виникнення конфліктів. В рамках компетенцій, що розвиває Модель в учасників освітнього процесу, це означає увагу до почуттів і потреб, як власних, так і інших членів громади.

Автори відновного підходу в школах наполягають на тому, що цінності та принципи є фундаментом відновних практик, які є ціннісно-орієнтованими і формують у всіх учасників освітнього процесу повагу і розуміння важливості ціннісного виміру в стосунках між людьми [1; 8; 10].

Модель «Мирна школа» базується на відновному підході. **Відновний підхід** – це підхід, який передбачає побудову довіри та залучення причетних до ситуації учасників у процес обговорення, досягнення консенсусу стосовно прийняття рішення чи розв’язання конфлікту задля формування розуміння, вирішення конфлікту та/або формування ненасильницького середовища [5; 6].

Одними з одинадцяти ключових компетентностей, які зазначені у Державному стандарті початкової освіти, є громадянські та соціальні компетентності. Їх зміст включає в себе:

- усвідомлення ідей демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, рівних прав і можливостей;
- співпраця з іншими особами для досягнення спільної мети;
- активність у житті класу та школи;
- повага до прав інших осіб;
- уміння діяти в конфліктних ситуаціях, пов’язаних із різними проявами дискримінації, цінувати культурне розмаїття різних народів та ідентифікацію себе як громадянина України;
- дбайливе ставлення до власного здоров’я і збереження здоров’я інших людей, дотримання здорового способу життя [6].

Модель спрямована на формування у учасників освітнього процесу таких компетенцій:

- конструктивне вирішення конфліктів;
- побудова та підтримка стосунків;
- чутливість до багатоманіття та недискримінація, толерантне ставлення до інших;
- саморефлексія та життєстійкість.

Результати опитувань і моніторингів показали необхідність створення цілісної технології формування гуманістичних відносин між всіма учасниками освітнього процесу у закладі загальної середньої освіти. Наведемо дані опитування, яке проводилось нами у січні-лютому 2020 року у 10 закладах загальної середньої освіти, які беруть участь у експерименті всеукраїнського рівня «Формування гуманістичних відносин між учасниками освітнього процесу шляхом упровадження моделі «Мирна школа» на 2019-2022 роки.

Дослідження конфлікту як своєрідного соціально-психологічного феномена вимагає висунення своєрідної аксіоми про конфліктність людського існування. Людина живе в суспільстві, діє в системі міжособистісних стосунків, її діяльність спрямована на задоволення власних потреб. Тобто людина досить часто перебуває в конфліктних ситуаціях та обирає різні стратегії поведінки, що приводять як до позитивних, так і до негативних наслідків.

У опитуванні взяли участь 389 хлопців, що складає 47,1% від загальної кількості респондентів, та 437 дівчат – 52,9%. Даний гендерний розподіл характеризує заклади освіти, в яких проводилось опитування.

Респонденти даного опитування сприймають конфлікти як неминуче явище шкільного життя, тому з конфліктами між учасниками освітнього процесу необхідно не тільки рахуватися, але й активно впливати на них з метою запобігання негативних наслідків. Аналіз стратегій поведінки учнів у конфліктній ситуації здійснений на підставі аналізу даних, зібраних за результатами анкетування школярів. Зокрема, до анкет для учня/учениці було включено одне питання щодо того, як учень/учениця зазвичай вирішує конфліктну ситуацію учасниками якої він/вона є. Обмеженість кількості питань та їх змісту в анкеті була зумовлена специфікою вікової категорії учнів-учасників моніторингового дослідження та часом, що відводився на заповнення відповідних анкет.

На запитання анкети **«Як Ви зазвичай вирішуєте конфліктну ситуацію учасниками якої є Ви?»** 36,0% учнів відповіли, що вони разом з іншою стороною шукають вирішення проблемного питання (від 60% опитаних у одному ЗЗСО до 28,1% у іншому закладі) та 22% – шукають компроміс з іншою стороною (від 33,1% до 7,5%). У даному запитанні учням було запропоновано ще дві стратегії поведінки у конфліктній ситуації, а саме, «залишаюся при своїй думці» та «приймаю позицію іншої сторони, навіть якщо вона мене не задовольняє». Дані варіанти відповідей обрали 17,6% (від 27,6% до 1,3%) та 3,6% (від 6,5% до 0%) відповідно учнів/учениць. Одним із непродуктивних способів розв'язання конфліктної ситуації є його ігнорування. Значна кількість респондентів обирає саме такий спосіб вирішення конфлікту, а саме 16,1% (від 27,5% до 9,7%) від загальної кількості опитаних. В той же час 4,6% заявили, що застосовую силу під час вирішення конфліктної ситуації. Тобто в середньому приблизно

5 учнів 7-11 класів закладів загальної середньої освіти із 826 здобувач освіти, які потрапили до сукупної вибірки моніторингового дослідження, імовірно, застосовують фізичне насилля під час розв'язання конфліктної ситуації. Даний показник значно відрізняється у різних закладах освіти від 11,8% учнів/учениць у одному ЗЗСО до відсутності випадків застосування сили у конфліктній ситуації інших ЗЗСО.

Аналіз даних вказує на те, що учні/учениці поінформовані про різні способи поведінки у конфліктній ситуації. Робота над формуванням ефективних способів розв'язання конфліктів мирним шляхом не повинен припинятися з досягненням певного результату. Насамперед, це безперервний процес реагування на нові виклики життя, пошук нових можливостей, ресурсів, генерування нових ідей і правил. Водночас необхідно, щоб всі учасники цього процесу усвідомлювали спільну відповідальність, мали вміння, бажання для такої співпраці.

Насильницькі способи вирішення конфліктів негативно впливають на міжособистісні стосунки, руйнують соціально-психологічний клімат у середовищі освітнього закладу, а невміння управляти конфліктами та знаходити оптимальні шляхи та способи їх попередження й розв'язання негативно позначається на всіх учасниках педагогічної взаємодії. Як показує наведений виклад аналізу результатів, свідчить про існування в закладах загальної середньої освіти насильницьких практик у вирішенні конфлікту у їхній зародковій формі.

Модель «Мирна школа» – це підхід та практичні інструменти, які забезпечують включення усіх учасників освітнього процесу у розбудову системи конструктивної комунікації та взаємодії, системи ефективного вирішення та попередження конфліктів, проявів булінгу, агресії та насильницької поведінки у закладі освіти. В рамках цієї Моделі інтегруються кращі вітчизняні та міжнародні практики, які впроваджуються за принципом системності. Саме тому Модель є актуальною для освітнього середовища України в усіх її компонентах, що поєднуються таким чином:

- **«Відновна школа»** («Restorative School») – спрямована на формування патрнерських стосунків та ефективної комунікації між педагогами, учнями та батьками і покликана сприяти якісному освітньому процесу за сучасних ризиків. Базується на принципах відновного підходу до впровадження відновних практик у шкільне життя [10];
- **«Шкільна служба порозуміння»** – шкільна структура професійного вирішення конфліктів та навчання конструктивним моделям поведінки та комунікації, що працює за принципом «рівний-рівному» [8].
- **«Resilience»** («Життестійкість») – методика, яка спрямована на формування в учнів, педагогів та батьків здатності до позитивного, конструктивного опанування стресовою ситуації через задіяння внутрішніх та зовнішніх ресурсів для підтримки своєї цінності, повноцінного функціонування та рівноваги;
- **«Культура добросусідства»** – елементи програми щодо формування розуміння та навичок мирного співіснування у культурному різноманітті, недискримінації та поваги до інших у нашому суспільстві загалом та шкільному середовищі, зокрема [4].

Названі вище компоненти Моделі являють собою сукупність технік і технологій, які вирішують завдання формування компетенцій в учасників освітнього процесу.

Практичне значення запровадження Моделі «Мирна школа» полягає у створенні технології організації освітнього процесу, що сприяє формуванню безпечного середовища у шкільній громаді та формування гуманістичних відносин між учасниками освітнього процесу, методології визначення її ефективності; підвищенні кваліфікації працівників психологічної служби та інших педагогічних працівників; підвищенні культури міжособистісних взаємовідносин учасників освітнього процесу.

Відновний підхід ґрунтуються на 5 ключових переконаннях або принципах щоденної взаємодії в будь-якій організації, яка прийняла цей стиль роботи:

Ключове переконання 1.

Кожен по-своєму бачить ситуацію, потребує можливості висловити свою думку та бути почутим.

Тут недоречним буде нав'язування власних поглядів однією людиною іншій. Важливо, аби кожен мав нагоду сказати своє слово. Повага, з якою ставляться до індивідуального бачення кожного, має також бути присутня там, де одні люди мають більшу владу чи повноважень, ніж інші.

Ключове переконання 2.

Думки та почуття важливі.

Думки та почуття часто ховаються «під поверхнею», але при цьому є ключовими для розуміння поведінки людей. Якщо «спуститися глибше» і побачити, що відбувається всередині, можна досягти кращого взаєморозуміння і налагодити міцніший зв'язок.

Ключове переконання 3.

Наші дії та вчинки впливають на людей навколо. Це допомагає осмислювати ширший «ефект метелика» будь-якої події.

Щоб зберегти хороші стосунки з іншими, важливо спробувати передбачити наслідки наших дій та заздалегідь мінімізувати будь-яку шкоду від них. Результатом конфліктів або суперечок можуть бути як негативні емоції (злість, образа, фрустрація і збентеження), так і зруйновані стосунки та зв'язки між людьми. Час, присвячений роздумам про ширші наслідків певних дій, може допомогти змінити ситуацію на краще.

Ключове переконання 4.

Наші дії – це стратегії, спрямовані на задоволення потреб

Для того, щоб прийняти рішення або вирішити проблему, варто спершу визначити потреби всіх, кого це стосується. Тоді буде легше обрати належні стратегії для задоволення цих потреб.

Ключове переконання 5.

Найкраще знаходять рішення проблеми ті, кого вона зачіпає, у співпраці один з одним («Нічого для нас без нас»).

Люди цінують, коли до них звертаються за порадою та залучають до процесу прийняття рішень щодо питань, які їх стосуються. І навпаки, люди зазвичай опираються і зневажають рішення, які їм нав'язують. Безпосередня участь в ухваленні рішень і розв'язанні проблем демонструє повагу і довіру, розвиває соціальні навички та впевненість, а також зміцнює зв'язки [2, с. 8-9].

Досвід запровадження Моделі показує, що ключем до успіху у школах є регулярне проведення зустрічей у колі. На початку інструмент «кола» можна застосувати для того, щоб визначити, що треба кожному, щоб якнайкраще проявити себе. Наприкінці кола люди розуміють вплив власної поведінки на всіх присутніх. Це допомагає розвивати емпатію, взаємоповагу та відчуття спільної відповідальності. На початку роботи в колі фасилітатор нагадує п'ять ключових відновних переконань. Учасники на їхній основі мають можливість висловлюватися про свій досвід або погляди, думки та почуття, ділитися своїми потребами та обговорювати шляхи їх задоволення. Інструмент «коло» можна використовувати для розгляду ситуацій, які вплинули на всіх присутніх. Або з фокусом на майбутнє щоб стимулювати учасників брати більшу відповідальність за своє навчання або планувати основні події та проекти.

«Коло одного питання» є основою будь-якого відновного простору. Дана практика є змодельованим дорослими механізмом, який мотивує дітей розвивати соціальні та емоційні навички. Цей інструмент допомагають запровадити відновну мову і принципи відновної практики у будь-якій громаді та забезпечити, щоб викладання, навчання та щоденне життя ґрунтувалися на відновних принципах. «Коло одного питання» може бути рамковою структурою уроку як з навчальними, так і соціальними цілями. Для цього є чимало ідей та завдань. Рекомендована структура:

відкриття кола – коло, де кожен по черзі говорить;

міксер – гра з перемішуванням учасників;

основна вправа – більш інтенсивна робота у парах/групах по обраній темі; може бути і кілька завдань на роботу у парах або групах на основі цілей та завдань уроку;

зворотний зв'язок – коло висловлення думок щодо того, чому ви навчилися;

руханка – гра на співпрацю;

коло зворотного зв'язку – коло висловлення думок щодо того, чому ви навчилися;

закриття – підведення підсумків щодо обраної теми та закриття простору кола [2, с.10-11].

Правила проведення «Коло одного питання»

Усі учасники сидять у колі на стільцях однакової висоти. Приміщення має бути просторим; без відволікаючих факторів чи людей, які не беруть участь в процесі. Тоді кожен відчуватиме себе включеним, а увага буде зосереджена на колі.

Фасилітатор заохочує всіх взяти на себе відповідальність за безперешкодний перебіг сесії, і просить визначити кілька простих правил, яких вони дотримуватимуться. Їх можна записати на аркуші паперу і повісити на стіні.

Для визначення того, чия черга говорити, використовується Мовник – предмет, що надає право говорити. Мовник передається за годинниковою стрілкою, і ніяк інакше. Право говорити має лише той, у кого в руках Мовник.

Це правило може порушувати лише фасилітатор або Хранитель кола у виняткових обставинах (для роз'яснення – якщо фасилітатор пише щось на дошці / фліпчарті. Наприклад, якщо інші розмовляють або переривають і потребують ненав'язливого нагадування про базові правила, якщо комусь потрібна підтримка для участі). «Хранителю кола» корисно мати запасний «екстрений» Мовник, який використовуватиметься у виняткових випадках.

Кожен має право пропустити свою чергу в колі або грі. Ніхто не повинен відчувати, що висловлюється під тиском. З часом, більшість людей відчуватиме, що говорити безпечно [3, с. 8-9].

Зустрічі в Колі можуть використовуватися серед учнів та в колективах дорослих, наприклад – у разі виникнення проблем між співробітниками. Проблеми дають можливість навчитися тому, як вирішувати конфлікт, розподіляти відповідальність та знаходити вихід з будь-якої ситуації. Будь-яка проблема дає можливість навчитися її вирішувати, а також говорити і розподіляти відповідальність, коли ситуація ускладнюється [3, с. 52].

Список використаних джерел

1. Горова А. О., Коваль Р. Г., Сосновенко Н. В. Відновні практики в школах: [навч.-метод. посіб.] / за наук. ред. В. Г. Панка. К. : Видавець Захаренко В.О., 2017. 120 с.
2. Гопкінз Белінда Відновні практики в класі. Відновні підходи у повсякденній роботі URL: <http://safeschools.com.ua/biblioteka/pedahoham-ta-batkam/v-dnovn-praktiki-u-klas>
3. Гопкінз Белінда Методика проведення зустрічей у форматі кола. Посібник з ідеями для вчителів, вихователів, молодіжних лідерів та соціальних працівників URL: <http://safeschools.com.ua/biblioteka/pedahoham-ta-batkam/zustr-ch-u-format-kola>
4. Культура добросусідства : Комплект програм спеціального інтегрованого курсу для закладів освіти України / авторський колектив під керівництвом М. А. Араджионі. К. : ТОВ «ЛітМір», 2018. 260 с.
5. Науково-методичне забезпечення діяльності психологічної служби системи освіти в умовах децентралізації (моделі, досвід) : колективна монографія / наук. ред. В.Г. Панок. – Київ : Ніка-Центр, 2020. – 152 с.
6. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти : Постанова Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87 URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF#Text> (дата звернення: 25.11.2020)

7. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII. Редакція від 24.06.2020 р. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 25.11.2020)
8. Шкільна служба розв'язання конфліктів : досвід упровадження. Посібник. К. : Видавець Захаренко В.О., 2009. 168 с.
9. Штуцман Л. Амштуц, Джуді Х. Муллет Маленька книжка відновної дисципліни для шкіл. Київ: Видавець Захаренко В.О., 2016. 88 с.
10. Hopkins, B. Transforming Conflict : веб-сайт. URL: <https://transformingconflict.org/teachers/belinda-hopkins/> (дата звернення: 25.11.2020)
11. Panok Vitalii Psychological and Educational Support of Students` Self-regulation Development // International Journal of Management (IJM) Volume 11, Issue 4, April 2020, pp. 326-338, / Oksana Furman, Serhii Shandruk, Elvira Gerasymova, Olena Vasylykiv, Maryna Lukashuk/ Article ID: IJM_11_04_033.

Ненасильницьке спілкування як основа для педагогіки партнерства

Марина Вострова,

психолог освітніх проєктів просвітницької ініціативи Empatia.pro “Інтегральне лідерство в освіті” та “Соціальна інтеграція через розвиток EI в школах на сході України”, тренер з розвитку емоційного інтелекту та навичок емпатійного спілкування (за методом ННС Маршалла Розенберга), національний тренер програми позитивного розвитку «Соціально-емоційні навички XXI століття» від Lions Quest.

Детальніше [vostrova.pro](https://www.empatia.pro/maryna-vostrova/) та <https://www.empatia.pro/maryna-vostrova/>

«Нас вчили, що важливо бути добрими один до одного і любити свого ближнього як самого себе. Проте багатьом із нас ніколи не пояснювали, як саме це робити».

Карл Плеснер

«...Нашим вчителям потрібно навчитися формувати в дітях цінності, які допоможуть їм самореалізуватися і бути щасливими.»

Л. Гриневич

В концепції НУШ зазначено, що Нова школа працюватиме на засадах “педагогіки партнерства”. І основними принципами цього підходу є:

- повага до особистості;
- доброзичливість і позитивне ставлення;
- довіра у відносинах;
- діалог – взаємодія – взаємоповага;
- розподілене лідерство (проактивність, право вибору та відповідальність за нього, горизонтальність зв’язків);
- принципи соціального партнерства (рівність сторін, добровільність прийняття зобов’язань, обов’язковість виконання домовленостей).

У Законі України «Про освіту» багато йдеться про гуманізацію освіти. У тому числі про формування поваги до прав і свобод людини, нетерпимості до приниження її честі та гідності, фізичного або психологічного насильства, а також до дискримінації за будь-якими ознаками.

Та приймаючи ідеї гуманістичної педагогіки як основи морального виховання школярів, вчителі, вихователі, класні керівники далеко не завжди реалізують ці ідеї в спілкуванні з дітьми та їх батьками. Й інколи дорослі навіть не помічають, що їх спосіб взаємодії є насильницьким.

Аналіз моделей спілкування, розроблених психологами, дозволяє виділити ті способи комунікацій, яких слід уникати в спілкуванні. Їх перелік допоможе нам навчитися розпізнавати насильство і ненасильство в спілкуванні. Так для насильницької комунікації характерні такі способи взаємодії:

- вимога, наказ, команда, інструкція;
- вказівка на те, що «ти повинен»;
- оцінка-ярлик, в тому числі і похвала-порівняння, класифікація, діагноз, критика, вирок;
- докір, звинувачення;
- попередження, застереження, загроза;
- повчання, проповідь, нотація, моралізаторство;
- готові рішення, категоричні підказки, поради;
- висміювання, гумор «зверху вниз» (гумор дорослого на адресу дитини, вчителя на адресу учня, начальника на адресу підлеглого), іронія, сарказм;
- випитування, розслідування;
- узагальнення («все ви ...», «ніхто з вас ...», «завжди ви ...», «ви ніколи ...» і т.п.);
- ігнорування або заперечення почуттів іншого;
- відхід від розмови, мовчання.

На жаль, у сучасній школі можна зустріти багато прикладів насильницького спілкування.

Вчитель, намагаючись мотивувати дитину до навчання, часто використовує залякування: «Скажу батькам», «Поставлю погану оцінку», «Залишишся після уроків». Коли дитина поводить не так, як очікують дорослі, вона зустрічається із знеціненням особистості «Хіба ж нормальні люди таке роблять?!», «Тобі вже давно час подорослішати!» або емоційного несприйняття «Чого надувся?», «Він ще й зуби скалить!».

Деякі вчителі відчувають труднощі у вираженні почуттів у спілкуванні, вони не беруть на себе відповідальність за свої почуття, застосовують ти-повідомлення, тобто звинувачують у своїх переживаннях інших (дітей, батьків, колег та ін.). Деякі виявляють закритість, бо бояться образити співрозмовника та самі при цьому страждають. Це приводить до конфліктів та напружень у відносинах. Все це веде до протиріччя в свідомості дітей: з одного боку дорослі проголошують ідеї добра, співпраці, а з іншого – використовують способи взаємодії, характерні для насильницьких комунікацій: жорстокі вимоги, оцінки-ярлики, осуд, звинувачення, бажання будь-яким чином змінити людину, а не сприйняти такою, якою вона є. А у кого ще вчитися дітям, як не у значущих дорослих?

Для справжньої гуманізації освіти, на мою думку, важливо дорослим навчитися ненасильницькому спілкуванню. Це непросте завдання, тому що потребує зміни у відношенні до себе та світу.

Ненасильницьке спілкування (або ненасильницька комунікація) – це метод побудови стосунків між людьми, що включає щире самовираження (без критики та звинувачень інших) та емпатійне сприйняття емоційного стану та потреб співрозмовника.

Він заснований на чесності, емпатії, доброзичливості, відкритості та шанобливості, та дозволяє знаходити спільну мову навіть у складних конфліктних ситуаціях, враховуючи почуття та потреби кожної людини.

Цей метод може бути використаний і в повсякденному спілкуванні між партнерами, і на рівні перемовин між країнами. Розглянемо детальніше його компоненти.

Щире самовираження

- Висловлення про те, що я бачу (чую) таке, з чим пов'язані мої почуття: «Коли я бачу...», «Коли я чую ...»
- Вираз того, що я відчуваю: «Я відчуваю ...», «Мені стало ...»
- Висловлення про те, з якими моїми потребами пов'язані мої почуття: «Для мене важливо... Я б вважав за краще (сподівався, думав, розраховував,) ...»
- Запит про бажані дії, які б підвищили душевний комфорт у моєму житті: «Як Ви дивитеся на те, щоб...?»

Приклад я-повідомлення, побудованого на основі цього алгоритму:

«Я відчуваю розчарування, коли бачу в слові після шиплячих літеру «я». Мені відразу хочеться нагадати вам правило. Можливо, ви самі його згадаєте і перевірите свою вправу?»

Емпатійне розуміння

- Сприйняття почуттів партнера: «Я відчуваю, що ...», «Мені здається, що...»
- Сприйняття потреб партнера, з якими пов'язані його почуття: «Думаю, що ви б вважали за краще ...»
- Сприйняття бажаних для партнера дій, які підвищили б його душевний комфорт (на мові позитивних дій): «Думаю, ви б зараз хотіли ...?», «Можливо ми могли би...?»

Ось приклад емпатійного висловлювання: «Мені здається, що ти засмутився, коли почув, що відповідь оцінена тільки на «задовільно». Ти розраховував на хорошу оцінку? Можливо тобі хочеться підвищити її пересдачею заліку? Чи виконанням іншої роботи за цією темою?»

Сучасну концепцію ненасильницького спілкування (ННС) розробив в 1960-х американський психолог Маршалл Розенберг: в дитинстві він був уражений тим, як жорстко вирішувалися будь-які конфліктні ситуації в його рідному районі Детройта, і мріяв про способи спілкування, в яких буде менше насильства. При цьому Розенберг вірив, що люди за своєю природою

добрі і схильні до співпереживання, – проблема лише в тому, що вони неправильно спілкуються, роблячи один одному і самим собі боляче. Маршалл звернув увагу на те, як люди можуть по-різному висловлювати свої думки, та на те, яке значення має мова: в словах і конструкціях, які ми використовуємо, зашифо чимало токсичних патернів з минулого – навіть у минулому столітті сексизм, расизм і насильство до дітей ще вважалися нормою, а мова з тих пір не те щоб радикально змінилася. Розенберг зазначив, що існують слова-мости, які допомагають налагодити зв'язок, та слова-стіни, що нас роз'єднують. І виявив певний підхід до спілкування, що допомагає звернутися до природної сили співчуття та співпереживання, яка є в кожній людській істоті.

Підхід Розенберга, що черпає натхнення в філософії ненасильства Махатми Ганді, показав гарні результати при вирішенні конфліктів: Розенберг використовував ННС в переговорах між ізраїльтянами і палестинцями, важкими підлітками і вчителями, пацієнтами психіатричної лікарні і лікарями. З 1960-х система ННС продовжувала розвиватися, сьогодні її часто вивчають у комплексі з практиками усвідомленості. Втім, чотири головні компоненти ННС залишаються незмінними: це безоціночне спостереження ситуації, визначення емоцій, які з нею пов'язані, вираз потреби, яка є причиною емоції, і прохання про задоволення цієї потреби.

Метод ненасильницької комунікації складається із 4 кроків:

- 1) Спостереження без оцінок та інтерпретацій;
- 2) Моя емоція і потреба;
- 3) Припущення про емоції і потреби іншої людини;
- 4) Прохання / запрошення до обговорення.

Кожен крок детально на прикладах розглядається в книзі Маршалла Розенберга «Мова життя. Ненасильницьке спілкування». Метод є достатньо простим та доступним будь-якій людині, незалежно від віросповідання, віку, національності. І в той же час він потребує глибокої роботи над собою.

«Виключно на рівні голови цей метод і не працює, скоріше він являє собою вдалу форму гнучкого співвідношення розуміння і відчуття.» *Клаус-Дитер Гене*

Ненасильницьке спілкування – це мова, переходячи на яку наші серця оживають, а наші контакти стають невимушеними, теплими і щирими. *Серена Раст*

Метод ННС пропонує зрозумілий і ефективний спосіб мирної взаємодії. Практика ненасильницького спілкування містить в собі миротворчу складову, бо вчить приймати людей, відкривати їх, збагачує поглядами інших, таким чином – вчить жити в мирі зі всіма, не втрачаючи своєї цінності. При використанні ННС у школі діти вчаться поваги до людської гідності, справедливості, неупередженості, рівності. Набувають вміння знаходити порозуміння з іншими людьми в ім'я досягнення суспільно значущих цілей. Це дуже необхідно зараз в нашій країні, коли зустрічаються люди з різних частин України, які є

іноді носіями протилежних поглядів на військовий конфлікт в Україні. Поширення методу в освітньому середовищі, на мою думку, може сприяти підвищенню ефективності миротворчих зусиль міжнародної спільноти в цілому. Бо миротворчість починається з поваги до кожного людського життя, з уміння домовлятися, запобігати конфліктам і вирішувати конфліктні ситуації мирним шляхом

Ненасильницьке спілкування з іншими починається із дружнього та співчутливого спілкування з собою. Хто із нас вміє в складний момент зрозуміти та підтримати себе? Багатьох із нас цього не вчили.

Пропоную вам невеличку вправу на самоемпатію.

Коли відбувається щось, що вибиває вас із стану комфорту, зробіть глибокий вдих та видих та зосередьтесь на відчуттях в своєму тілі. Після цього задайте собі запитання: як я почуваюсь? І знайдіть назву своїм емоціям та почуттям на даний момент (наприклад, я розгублена чи я відчуваю розчарування). Згадайте, що почуття є індикатором того, наскільки задоволені наші потреби в даний момент. (Потреба – це те, що необхідно людині для того, щоб жити та почуватися добре.) Спробуйте знайти, про які незадоволені потреби повідомляють вам ваші почуття. Для цього можете скористатися цим списком базових потреб (Додаток 1).

Випробовуйте різні почуття та потреби в словах, поки не виявите ті, що знаходять відклик у вашому серці. Коли встановлено зв'язок зі своїми почуттями та потребами, ви можете відчути розслаблення, звільнення від напруги в тілі. Після цього подумайте, як можете задовольнити цю потребу. Пропоную знайти мінімум три можливості і здійснити хоча б одну із них.

Так, нас не вчили бути у контакті зі своїми почуттями та потребами. Та, можливо, прийшов час цього навчитись?

Для впровадження ННС в школі, класі важливо ближче познайомитися з методом. Для цього краще за все взяти участь у тренінгу з сертифікованим тренером з ННК.

Просвітницька ініціатива Empatia.pro та Громадська спілка «Міжнародний інститут інтегрального розвитку» активно сприяють поширенню навичок ненасильницької комунікації в українському суспільстві. Регулярно з 2016 року проводять тренінги з міжнародними сертифікованими тренерами та програми для освітян. Цього року за підтримки ГО «ФОНД РОЗВИТКУ МАКПАУ» наприкінці січня 2021 року буде розпочато реалізацію навчального проекту «Територія без провини. Практикум для освітян» для вчителів середньої та початкової школи.

Проект познайомить 30 учасників та учасниць з грою «Територія без провини», розробленою авторками книжок «Клас без провини» та «Шанобливі батьки, шанобливі діти», надасть можливості для навчання та практики використання гри з учнями в класах та в індивідуальній роботі ¹.

¹ Подробиці можна дізнатися на сторінці <https://www.facebook.com/empatia.pro>

І ви можете розпочати навчатися разом із своїми учнями. Для початку створити словник почуттів та емоцій. Познайомити дітей з базовими потребами людини. І почати з чесного самовираження через я-висловлювання. І головне пам'ятати, що за словами Маршалла Розенберга «Мета ненасильницької комунікації не в зміні людей і їх поведінки заради досягнення наших цілей, а у встановленні відносин, заснованих на чесності та емпатії, які в результаті дадуть задоволення потреб кожного.»

Світовий досвід застосування методу Маршалла Розенберга в освіті свідчить про те, що в школах, які будують відносини за принципами ННС, і діти, і дорослі відмічають та цінують:

- безпечне середовище;
- розвиток співпраці;
- поліпшення продуктивності;
- зменшення і вирішення конфліктів;
- відкриття радості навчання;
- відсутність емоційного вигорання.

Для цього школи дотримуються таких принципів:

- Учні та вчителі (батьки і співробітники) вчать разом і один від одного;
- мета і правила навчання узгоджуються всіма, кого вони стосуються;
- учні мотивовані внутрішніми цінностями, потребами і бажаннями;
- немає ніякого примусу. (Та є відповідальність згідно правил, про які домовилися).

Сура Харт, співавторка книги «Клас без провини» зазначає «Вчителі, які практикують процес «Співчутлива або ненасильницька комунікація» (ННК), відкривають дивовижні джерела сили...Вони проводять на уроках не більше часу, ніж раніше, і у них більше енергії і оптимізму.»

Застосування методу ненасильницької комунікації сприяє розвитку таких життєвих навичок:

- самоповаги;
- ефективної комунікації;
- кооперації;
- самоконтролю;
- емпатії;
- асертивності (неагресивної впевненості);
- розв'язання проблем;
- запобігання конфліктам та розв'язання їх;
- пошук консенсусу і примирення.

У сучасній концепції НУШ до наскрізних вмінь учня в стандартах початкової освіти відносяться рефлексія, співпраця, ефективне спілкування та розвиток емоційного інтелекту.

Метод ненасильницької комунікації Маршалла Розенберга визнано одним із найдієвіших способів розвитку емоційного інтелекту у світі. Цей метод є потужним інструментом для розвитку емоційної обізнаності і напрацювання навичок емоційної компетентності. Він сприяє рефлексії, самоусвідомленню, вмінню регулювати власний емоційний стан та налагоджувати співпрацю.

Використання методу ННС в щоденному спілкуванні призводить до формування такої якості відносин, коли довіра, взаємоповага, щирість допомагають співпраці та взаєморозумінню. Це в свою чергу дає можливість в будь-якій ситуації знаходити гарне рішення для задоволення потреб кожного.

Та для того, щоб побачити ці результати, потрібен час та систематичне і послідовне застосування принципів ненасильницької комунікації в спілкуванні з колегами, учнями, батьками та самим собою. І тоді в школі дійсно зможе панувати культура співпраці та педагогіка партнерства.

Про зміни в культурі школи з практикою ННК можна ознайомитись у відгуку директора Britannica School Лариси Андрійченко. (Додаток 2)

Якщо ви бажаєте глибше ознайомитися та зрозуміти, як можна застосовувати метод ННС в школі, пропоную наступну літературу:

Маршал Розенберг «Мова життя. Ненасильницьке спілкування».

Сура Гарт, Вікторія Кіндл Годсон «Клас без провини».

Сура Гарт, Вікторія Кіндл Годсон «Шанобливі батьки, шанобливі діти».

Серена Руст «Если Жираф танцует с Волком».

Додаток 1.**Список базових потреб.****Насолода життям**

- наповненість енергією і життям
- краса
- комфорт
- легкість
- веселощі
- гармонія
- радість
- мир / умиротворення
- гра / забава
- безпека (емоційна і фізична)
- натхнення
- спонтанність
- простота
- стабільність
- порядок

Значимість, сенс (сенси)

- визначеність, наявність сенсу
- ясність
- участь, внесення вкладу
- служіння життю / слідування призначенню

Цілісність

- гідність
- любов, кохання
- прийняття себе
- самоповага
- самовираження

Розвиток

- пригода
- виклик
- творчість / креативність

Життєзабезпечення

- повітря
- рідина
- харчування
- фізичне благополуччя
- відпочинок / відновлення

Автономія

- можливість вибору
- свобода
- рівні можливості

Соціальні зв'язки

- приналежність, спільнота
- турбота, піклування
- співпраця
- визнання
- зворотний зв'язок
- бути почутим, побаченим
- дружба
- розуміння
- підтримка
- взаємна повага
- ніжність

Додаток 2.**Тож, як воно – бути школою з культурою Ненасильницької комунікації?**

В історії Britannica School знайомство з ННК стало початком трансформаційних процесів організації на своєму шляху до зрілості. Адже знайомство з методом комунікації для нашої ком'юніті перетворилось у тривалий процес зміни культури всієї школи.

Системне навчання лідера та усієї педагогічної команди школи цьому способу комунікації створило можливості мати спільний простір для щоденної практики та рефлексії. Так, поступово відбувалось «привласнення» філософії ННК переважною більшістю вчителів Britannica School. Почались зміни у взаємовідносинах – дорослі стали більш чутливо реагувати на емоції, дбайливо ставитись до потреб усіх членів ком'юніті школи та своїх власних. Простір школи остаточно змінився.

У роботі з учнями ми обрали сценарій, за яким не було окремих занять з ННК для дітей у розкладі, проте ННК було скрізь і повсякчас перед дітьми через рольові моделі вчителів – людей, які мають найбільший виховний вплив на учнів. Діти вчилися емпатійно слухати; вирішувати конфлікти, розмірковуючи про потреби одне одного; відслідковувати в собі та називати свої емоції; відрізнити факти від своєї інтерпретації. Повільно та поступово кількість міжособистісних дитячих конфліктів зменшувалась. Діти хотіли та пробували вирішувати свої конфлікти самостійно, за допомогою екологічної комунікації. Практикували це не лише в школі, але й вдома, з братиками та сестричками, що привертало увагу та зацікавлення батьків.

Але ж...яка ж казка без випробовування)) Для нас в цій історії було викликом дочекатись – коли простір школи наповниться екологічними моделями спілкування, коли запитання «А що йому/їй є важливим в цій ситуації?» стануть буденними та звичними, не продавлювати та не пришвидшувати ці природні процеси оздоровлення культури школи. Наразі виповнилось майже 4 роки життя ненасильницької комунікації в нашій школі і ми продовжуємо цей шлях.

На сьогодні Britannica School має чіткі переконання, що такий спосіб комунікації як ННК є дієвим та ефективним інструментом особистісного розвитку в шкільному просторі. Ми регулярно зустрічаємо гостей з інших українських шкіл, які приїждять подивитись, побути в цій атмосфері та порадитись як її створити у своїй школі.

Ми вдячні Катерині Ясько, керівниці громадської спілки «Міжнародний інститут інтегрального розвитку» (IIID) і засновниці просвітницької ініціативи Empatia.pro, за знайомство з ННК. З великою вдячністю продовжуємо плідну співпрацю з Мариною Востровою, яка всі ці роки навчала та продовжує навчати ННК команду Britannica School. Та запрошуємо комунікувати з нами задля обміну досвідом та взаємного розвитку.

Лариса Андрейченко,

Директор Britannica School

Практичне впровадження педагогіки миру і НУШ: кейс соціально-емоційного й етичного навчання в Україні

Якоб Фюрст,

Радник з миротворчої освіти EdCamp Ukraine впродовж
2019-2020 рр. Активний учасник Міжнародного
комітету Соціально-емоційного та етичного навчання
Університету Еморі.

*Для написання статті автор скористався
напрацюваннями Крісти М. Тінарі¹.*

Педагогіка миру і Нова українська школа (НУШ)

Реформа НУШ передбачає освоєння учнівством специфічних навичок (10 ключових компетентностей²), зокрема так званих «м'яких» або базових навичок — ініціативності та підприємливості, соціальної та громадянської компетентностей, самовираження й екологічної грамотності. У сфері педагогіки миру для розвитку цих базових навичок уже складено чимало освітніх підходів та навчальних програм із різними назвами: соціально-емоційні компетентності, практики відновлення, техніки ведення діалогу і вирішення конфліктів, системне мислення. Відтак підходи педагогіки миру мають неабиякий потенціал посприяти формуванню концепцій тих цінностей, до яких закликає реформа НУШ, а також підтримати учительство і учнівство в намаганнях жити щасливіше, успішніше і з нижчим рівнем насилля.

Утім, до початку 2019 року не існувало *єдиної* навчальної програми, яка би допомагала учительству навчати учнівство усіх *цих* навичок водночас. Саме тоді освітяни і їхні натхненники з неурядової організації EdCamp Ukraine отримали важливу підказку від досить неочікуваного джерела: духовного лідера тибетського народу, лауреата Нобелівської премії миру Тенцзіна Г'яцо, 14-го Далай-лами.

¹ Jakob C. Fürst, Christa M. Tinari: Better Together: The rapprochement between Peace Education and Social Emotional Learning should be supported wherever possible (<https://www.peace-ed-campaign.org/better-together-the-rapprochement-between-peace-education-and-social-emotional-learning-should-be-supported-wherever-possible/>), 18.01.20, переглянуто 25.11.20.

² Міністерство освіти й науки України: Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи, 2016, с. 11.

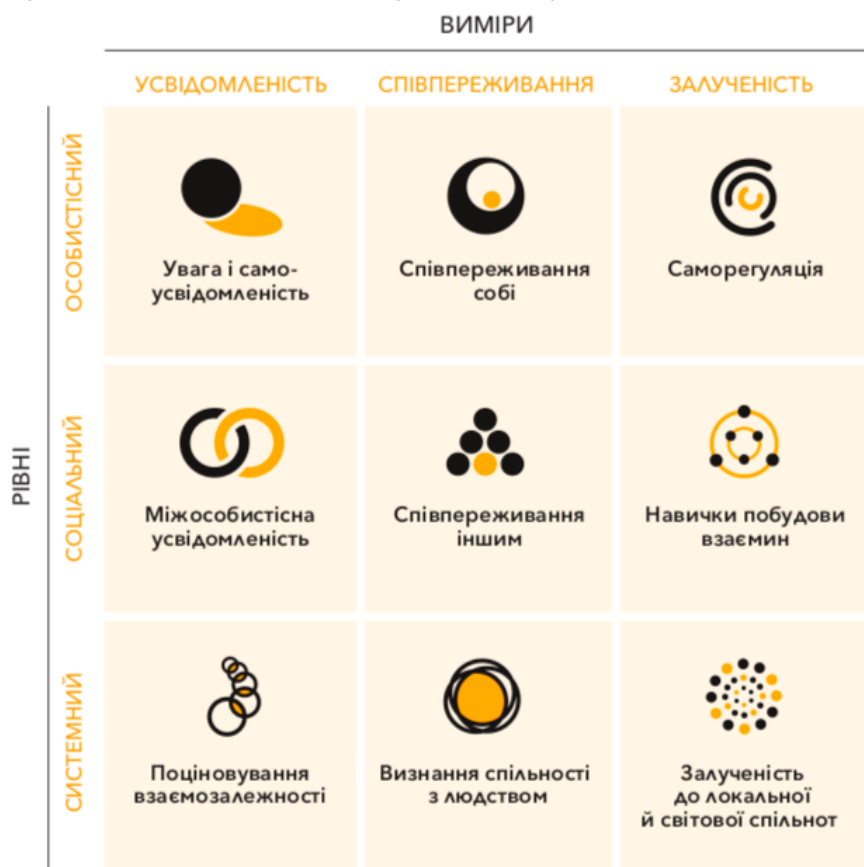
Книжка, аудієнція, конференція

Ще раніше Далай-лама разом із південноафриканським священнослужителем і активістом у сфері прав людини Десмондом Туту написав книжку³, яка відгукнулася багатьом освітянам із учительської спільноти EdCamp Ukraine (зокрема, Олександрю Елькіну і Олені Масалітіній). Це підштовхнуло їх попросити про особисту аудієнцію з Далай-ламою в Індії. На їхнє превелике здивування, аудієнцію їм виділили — у лютому 2019-го. Під час півторагодинної розмови з Його Святістю вони вперше почули про програму соціально-емоційного й етичного навчання (частково натхненну ідеями Далай-лами) й отримали запрошення на всесвітню презентацію СЕЕН у Нью-Делі того ж року.

На презентації СЕЕН у квітні 2019-го стало зрозуміло, що ця навчальна програма — це саме те, що шукали едкемпери й інші українські освітяни: всеохоплююча, конкретна і цілком доступна модель для впровадження цінностей НУШ.

Соціально-емоційне й етичне навчання

СЕЕН — це всеохоплююча освітня програма, доступна для використання з учнівством різного віку, від дитсадків до старших класів. Над її розробкою працювали науковці й науковиці Університету Еморі в Атланті, США. Навчальна програма СЕЕН дає освітянам конкретні інструменти й плани уроків для розвитку «емоційного, соціального й етичного інтелекту їх самих і учнівства»⁴. Інноваційність програми не в революційних теоретичних відкриттях чи методології, а в тому, як уміло вона об'єднує в собі багатство освітніх здобутків за останні кілька десятиліть. До створення програми долучилися не лише освітяни, а й психологи і психологині, зокрема шкільні, а також історики й історикині.



³ Його Святість Далай-лама, Архієпископ Десмонд Туту, за участю Дугласа Абрамса. «Книга радості: вічне щастя в мінливому світі». Книжковий клуб «Клуб сімейного дозвілля», 2017.

⁴ Сайт Університету Еморі, <https://seelearning.emory.edu>, переглянуто 25.11.2020.

Лідери й лідерки EdCamp Ukraine побачили потенціал програми СЕЕН у двох напрямках: вона здатна допомогти створити фундамент зі соціально-емоційних навичок учнівства⁵ для цементування педагогіки миру в Україні і навчати учнівство базових навичок, прописаних у реформі НУШ.

Невдовзі після світового запуску СЕЕН організація EdCamp Ukraine підписала меморандум із Центром споглядальної науки й етики на основі співпереживання Університету Еморі про те, щоби впроваджувати програму СЕЕН в Україні, і взялася за переклад і адаптацію СЕЕН до українських освітніх потреб.

Ця ініціатива щодо практичного впровадження цінностей, прописаних у реформі НУШ, отримала додаткову мотивацію у вигляді цілі інтегрувати елементи педагогіки миру в українські школи за підтримки GIZ Civil Peace Service. І тут навчальна програма СЕЕН видалася чудовим способом упіймати кількох зайців.

Педагогічна модель СЕЕН

Структура СЕЕН ґрунтується на розвитку переконань, поглядів і навичок у трьох вимірах: усвідомленості, співпереживання і залученості. Ці три сфери програма розглядає на трьох рівнях: особистісному, соціальному й системному.

Програма навчає різних соціально-емоційних навичок, зокрема уміння дослухатися до емоцій та вміло спілкуватися з іншими. Враховуючи, що багато дітей пережили більші чи менші травми, СЕЕН ґрунтується на травмоорієнтованому і стійкісноорієнтованому підходах. До програми включено практики із «тілесної грамотності», зокрема навички, за допомогою яких учнівство і вчительство можуть урегульовувати нервову систему, знижувати негативний вплив стресу і повертати себе у зону «все гаразд». Окрім тілесної й емоційної грамотності СЕЕН також допомагає учнівству виховувати етичну грамотність, тобто уміння логічно обдумувати і щось робити у зв'язку із питаннями, що стосуються страждань і благополуччя самих себе, інших, а також громад. Це чітко корелює із закликом реформи НУШ до формування соціальних і громадянських компетенцій.

У поданому нижче прикладі з навчальної програми СЕЕН для середніх класів школи (урок 1 із розділу 2) учнівство запрошують до вивчення своїх тілесних відчуттів (у навчальних матеріалах їх називають «самовідчуттями») як способу здобути вищезгадану тілесну грамотність. Подані в уроці стратегії «Миттєва допомога!» також сприяють заспокоєнню тіла, коли нервова система розхитана.

⁵ Jakob C. Fürst, Christa M. Tinari: Better Together: The rapprochement between Peace Education and Social Emotional Learning should be supported wherever possible (<https://www.peace-ed-campaign.org/better-together-the-rapprochement-between-peace-education-and-social-emotional-learning-should-be-supported-wherever-possible/>), 18.01.20, переглянуто 25.11.20.

СЕРЕДНЯ ШКОЛА. УРОК 2.1.

Розділ 2: Виховання життєвої стійкості

Урок 2.1 Вивчаємо самовідчуття

МЕТА УРОКУ

Перший урок присвячений вивченню фізичного самовідчуття учнів та учениць і створенню словничка для його описання. Самовідчуття — це важливо, бо воно свідчить про стан нервової системи. Учениці й учні також засвоять стратегії «Миттєва допомога!», для яких потрібно навчитися відчувати предмети довкола себе. Ці стратегії (їх розробила Елейн Міллер-Керес і Trauma Resource Institute) — це інструменти, покликані миттєво допомогти дітям повернутися до зрівноваженого стану, якщо вони «розбалансувалися» — наприклад, надміру розхвилювалися. Стратегії також підходять для вивчення самовідчуття та освоєння вміння дослухатися до себе.

Навчальні результати

Учениці й учні:

- складуть список слів, що описують різні самовідчуття;
- навчатимуться дослухатися до зовнішніх чуттів, паралельно освоюючи стратегії «Миттєва допомога!» для повернення відчуття рівноваги.

Ключові складові

Увага і самоусвідомленість

ТРИВАЛІСТЬ

30 хвилин

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ УРОКУ

Підготуйте:

- великий аркуш паперу або дошку, щоб записувати список слів, що позначають самовідчуття;
- роздруківки стратегій «Миттєва допомога!» (не обов'язково);
- маркери.

«РОЗІГРІВ» | 4 ХВИЛИНИ

- *«Доброго ранку. Згадайте сьогоднішній ранок — з моменту, як ви прокинулися, і до приходу в клас. Підніміть руку, з ким трапилося (або хто з вас зробили) щось добре. Хтось хоче поділитися з класом?»*
- *Чи хтось із вас чинили добро за нашими шкільними домовленостями? За якими саме? Як ви себе при цьому почували?*

- Чи бачили ви, щоб інші люди утілювали якусь із домовленостей? Опишіть, будь ласка. Що ви відчували при цьому?
- Як ви гадаєте, що буде, якщо ми й надалі робитимемо добро одне одному?»

ПРЕЗЕНТАЦІЯ/ОБГОВОРЕННЯ | 10 ХВИЛИН

ЩО ТАКЕ САМОВІДЧУТТЯ?

ОГЛЯД

Під час презентації ви допоможете ученицям і учням зрозуміти, що таке самовідчуття, а також скласти список слів, які їх описують. Так з'явиться спільний словничок на тему самовідчуття.

ЩО ВИВЧАТИМЕМО

- Як ми сприймаємо зовнішній світ за допомогою п'яти чуттів, так само можемо дослухатися до самовідчуття всередині свого тіла.
- Самовідчуття бувають приємними, неприємними або нейтральними.
- Існують прості стратегії, за допомогою яких можна допомогти своєму тілові заспокоїтися та почуватися в безпеці.

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ УРОКУ

Підготуйте:

- великий аркуш паперу або дошку;
- маркери.

СХЕМА ДІЙ

- Пригадайте з дітьми п'ять чуттів та поговоріть, для чого ми їх використовуємо. Обговоріть нервову систему і як вона пов'язана з чуттями. Обговоріть поняття самовідчуття (сприйняття власного фізичного стану).
- Спільно з учнями й ученицями складіть список слів, які описують самовідчуття.
 - ◇ Якщо діти називають фрази типу «Почуваюся добре!» — це почуття, а не конкретне самовідчуття. Заохотьте їх описати це почуття словами — поставте їм запитання на зразок «А як це “добре” відгукується в тілі?» або «А де в тілі ви це відчуваєте?». Нічого страшного, якщо дітям спадатимуть на думку слова, які не зовсім описують самовідчуття, — далі будуть вправи, які допоможуть їм краще зрозуміти це поняття.

ПІДКАЗКИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЬСТВА

- **Самовідчуття** — це фізичне відчуття, яке з'являється в тілі: наприклад, тепло, холод, поколювання, розслаблення, важкість, напруженість, легкість, відкритість тощо. Слова, які описують фізичне самовідчуття, не варто плутати з загальними станами — добре, погано, скуто, полегшено тощо, а також з емоціями — щасливі, сумні, налякані, захоплені й так далі. Коли діти складуть список слів на позначення самовідчуттів, їм буде легше розпізнавати власні фізичні стани, а це, своєю чергою, допоможе стежити за тілесним самопочуттям.
- Якщо ви готові, дуже бажано також розповісти учнівству про роль **нервової системи**: тієї частини тіла, завдяки якій ми відчуваємо себе зсередини, а також сприймаємо світ назовні (наприклад, за допомогою п'яти чуттів), і яка підтримує нашу життєдіяльність — регулює дихання, серцебиття, кровотік, травлення та інші важливі функції організму. Увесь цей розділ націлений на те, щоб дати учнівству розуміння нервової системи (зокрема, автономної). Матеріал і навички можна викладати без уживання терміну «нервова система», замінивши його словом «тіло», але якщо вам вдасться поступово дати дітям розуміння автономної нервової системи, це допоможе їм ще краще засвоїти матеріал.

ПРИКЛАДИ ФОРМУЛЮВАНЬ

- «Ми вже вивчали доброту й щастя. Сьогодні поговоримо про те, як чуття допомагають зрозуміти, що відчуває наше тіло.
- Подумаймо, які є п'ять чуттів? Ними ми сприймаємо зовнішній світ: бачимо, чуємо, нюхаємо, торкаємося й пробуємо на смак.
- Що в зовнішньому світі ми сприймаємо за допомогою п'яти чуттів? Давайте розглянемо одне з них — слух: посидьмо хвилинку в тиші й звернімо увагу на звуки, які за цей час почуємо. Що ви почули? Хтось хоче поділитися про інше чуття? Що ви бачите? Чого торкаєтеся? Що вам пахне?
- Наше тіло має спеціальні засоби, щоб відчувати зовнішній світ, а також внутрішній — те, що відбувається всередині. Ці засоби називаються нервова система.
- «Нервова система» називається так тому, що в тілі є дуже багато нервів, які відправляють інформацію з різних частин тіла до мозку й отримують її від нього. Ми дізнаємося цікаві речі про нервову систему, які допоможуть нам щасливіше й здоровіше проводити час разом.
- Отже, за допомогою чуттів ми сприймаємо світ поза тілом — чуємо запахи і звуки, наприклад. Давайте дослухаємося, чи «почуємо» ми щось усередині своїх тіл. Покладімо одну руку на серце, другу — на живіт, і ненадовго заплющмо очі. Зверніть увагу, чи відчуваєте ви щось у своєму тілі.
- Наприклад, це може бути жар або холод. Подібні відчуття називаються самовідчуттями — бо це про вас самих.
- Самовідчуття — це те, що відчуває наше тіло. Воно говорить нам про свої відчуття — про само-відчуття.

- Давайте подумаємо, як ми сприймаємо зовнішній світ, а потім разом складемо список самовідчуттів.
 - ◇ Коли ви торкаєтеся парти — вона тверда? М'яка? Тепла чи холодна?
 - ◇ Коли торкаєтеся свого одягу, він м'який? Шершавий? Гладенький? Ще якийсь?
 - ◇ Візьміть до рук олівець або ручку. Коли ви торкаєтеся їх, вони круглі? Плaskі? Теплі чи холодні? Гострі? Ще якісь?
 - ◇ Чи є ще щось на вашій парті, що можна описати словами-чуттями?
- А тепер подумаймо про те, що ми відчуваємо всередині. Ось приклад: коли ми стоїмо на сонці, тіло підказує, що йому гаряче, і ми переходимо в тінь, де прохолодно. Спершу тіло відчуває спеку, а коли ми переміщаємося в тінь, воно відчуває прохолоду. Давайте разом подумаємо про те, які ще самовідчуття у нас бувають усередині.
- Давайте разом називати все, що спаде на думку. Якщо будемо не впевнені, що це самовідчуття, я запишу це слово окремо ось тут».
- (Деяким дітям можуть бути потрібні додаткові підказки для розуміння самовідчуттів. Тут допоможуть такі запитання): «Що ти відчуваєш усередині, коли тобі хочеться спати? Яка частина тіла підказує тобі, що ти хочеш спати? А коли хочеш їсти? Що ти відчуваєш, коли тобі весело? А коли ти щасливий/щаслива? Коли ти займаєшся улюбленим видом спорту, що відчуваєш усередині? А коли ти в захваті від чогось? Якою частиною тіла ти це відчуваєш?» (Можете допомогти дітям прикладом про себе: «Коли я думаю про те, щоб трохи повеселитися, то відчуваю тепло в плечах і на щокках».)

ВПРАВА ДЛЯ ОСМИСЛЕННЯ | 12 ХВИЛИН

ВІДЧУТТЯ ЗОВНІШНІ ТА ВНУТРІШНІ*

ОГЛЯД

- Ця вправа покликана допомогти ученицям і учням зрозуміти, що ми відчуваємо речі в зовнішньому світі (за допомогою п'яти чуттів) та всередині себе (коли дослуховуємося до того, що відбувається в нашому тілі, і називаємо це певними словами).
- Trauma Resource Institute розробив так звану модель стійкості спільнот, до якої входять, зокрема, стратегії «Миттєва допомога!». Їх суть зводиться до того, щоб зайняти мозок чимось незначним або скерувати увагу на самовідчуття. Доведено, що коли нервова система збуджена, тіло можна миттєво заспокоїти, якщо певними діями скерувати увагу на самовідчуття. Ця вправа для осмислення базується на окремих стратегіях «Миттєва допомога!» і паралельно закладає фундамент для відточування уваги як навички (над якою учнівство працюватиме і на подальших етапах програми СЕЕН), оскільки всі ці стратегії побудовані на увазі.

ЩО ВИВЧАТИМЕМО

- Як ми сприймаємо зовнішній світ за допомогою п'яти чуттів, так само можемо дослухатися до самовідчуття всередині свого тіла.
- Самовідчуття бувають приємними, неприємними або нейтральними.
- Існують прості стратегії, за допомогою яких можна допомогти своєму тілові заспокоїтися та почуватися в безпеці.

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ УРОКУ

Підготуйте:

- (необов'язково) розмножені роздаткові матеріали про станції «Миттєва допомога!», якщо будете їх робити;
- постери стратегій «Миттєва допомога!» (обидва пункти подано в кінці цього уроку).

СХЕМА ДІЙ

- Виберіть одну з глобальних стратегій «Миттєва допомога!», яку опрацюєте усім класом. Дотримуйтеся вказівок, поданих нижче, щоб спокійно поставити дітям запитання про самовідчуття. Покажіть їм постер цієї стратегії.
- За такою ж схемою можна пройти інші стратегії «Миттєва допомога!», якщо у вас буде час. За потреби її можна повторювати.
- Примітка: учні й учениці можуть познайомитися зі стратегіями «Миттєва допомога!» у форматі станцій довкола класу. Скористайтесь матеріалами з наступної секції або придумайте власні й розкладіть їх по класу. Нехай діти об'єднуються у пари, обійдуть клас та виберуть собі станцію до вподоби. Вони можуть попрактикуватися удвох, а тоді взаємно поділитися враженнями. Коли всі спробують бодай по дві стратегії, зберіть клас до купи й попросіть розповісти, хто що пробували і що вони відчували.

ПІДКАЗКИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЬСТВА

- Коли учениці й учні вивчатимуть вплив стратегій на їхнє тіло, важливо, щоб вони також навчилися розрізняти приємні, неприємні й нейтральні самовідчуття. Оскільки ці означення (приємні, неприємні й нейтральні) та здатність прив'язувати їх до конкретних тілесних відчуттів дуже важливі для всього навчального процесу цього розділу, варто час від часу пригадувати з учнівством цю тріаду. При цьому певне самовідчуття не обов'язково завжди однакове: тепло, для прикладу, в деяких ситуаціях може бути приємним, в інших — неприємним або нейтральним.
- Зверніть увагу: не всі стратегії «Миттєва допомога!» підійдуть усім учням та ученицям. Одним сподобається тиснути на стіну, іншим — спиратися на неї. Комуś хотітиметься торкатися меблів у класі, комуś ні. **У цьому процесі дуже важливо, щоб кожна дитина знайшла стратегію для себе, а ви як учитель/вчителька повинні дізнатися, яка стратегія підходить кому з дітей. Це — процес вибудовування**

тілесної грамотності: розуміння свого тіла та того, як воно переживає позитивні стани й стани стресу. Може навіть бути так, що стратегія працює в одних ситуаціях і неефективна в інших, тому краще засвоїти по кілька.

- Після того, як діти познайомляться зі стратегіями «Миттєва допомога!» і спробують деякі з них, можна також попросити їх намалювати власні станції «Миттєвої допомоги!» і розмістити їх по класу.

Повний список стратегій «Миттєва допомога!» подано в роздаткових матеріалах нижче. Тут наводимо приклади формулювань для проведення цієї вправи, щоб встигнути познайомитися з кількома з них паралельно.

ПРИКЛАДИ ФОРМУЛЮВАНЬ

- *«Пригадуєте, ми говорили, що хочемо відчувати щастя й добро?»*
- *Наші тіла теж можуть почуватися щасливими й нещасними. Якщо ми почнемо звертати на це увагу, то зможемо робити ті речі, які чинять добро нашому тілу.*
- *Зараз ми спробуємо кілька вправ на чуття й подивимося, чи відбувається щось у нашому тілі.*
- *Почнемо з чуттів, скерованих назовні.*
- *Давайте прислухаємося: чи вдасться нам почути три різні звуки в цьому класі. Послухайте, а тоді підіймайте руку, якщо почули три звуки. (Зачекайте, поки більшість дітей піднімуть руки.)*
- *Давайте ділитися: хто з вас почули які три звуки? (Запитуйте окремих дітей.)*
- *Тепер глянемо, чи вдасться нам розпізнати три різні звуки за межами цього класу. Підіймайте руки, кому вдалося. (Примітка: цю вправу можна також виконувати під музику. Увімкніть музику й запитайте учениць та учнів, що відбувається всередині, коли вони слухають музику.)*
- *(Коли більшість дітей піднімуть руки, попросіть кількох учнів і учениць поділитися.)*
- *«Що відбулося з нашими тілами, коли ми прислухалися до звуків у класі та поза ним? На що ви звернули увагу?» (Дайте можливість поділитися враженнями. Можете зазначити, що коли ми прислухаємося, то сидимо тихо й нерухомо.)*
- *«Тепер давайте звернемо увагу на те, що відбувається всередині тіла, коли ми так поведимося.*
- *Наші самовідчуття бувають приємними, неприємними і нейтральними, тобто “ніякими”. Не буває правильних і неправильних самовідчуттів. Вони існують для того, щоб повідомляти нам щось: наприклад, про те, що на сонці спекотно, і треба переміститися в тінь. Нейтральні — це щось посередині, вони не є ні приємними, ні неприємними.*

- Тепер давайте прислухаємося до речей у класі та поза ним, яких ми не помічали раніше. (Пауза.)
- Що ви помічаєте всередині свого тіла, коли прислухаєтеся? Чи є якісь самовідчуття у тілі просто зараз? Підніміть руку, якщо так.
- Що ви помітили? Де саме? Це відчуття приємне, неприємне чи нейтральне? (Хай учні й учениці поділяться.)
- Тепер давайте пошукаємо предмети певного кольору в нашому класі. Почнімо з червоного.
- Озирніться довкола: чи знайдете ви три червоні предмети в цьому класі?
- Зверніть увагу на відчуття всередині свого тіла, коли знаходите червоний предмет. Є в когось якісь відчуття? Підніміть руку, якщо так.
- Які вони, ці відчуття? Приємні, неприємні чи нейтральні?»

Скористайтесь цим форматом для вивчення різних стратегій «Миттєва допомога!», якщо у вас буде час; за потреби повторіть вправу.

ПІДСУМКИ | 4 ХВИЛИНИ

- «Що ви сьогодні дізналися про самовідчуття?
- Які слова описують самовідчуття?
- Як знання про самовідчуття можуть допомогти нам бути щасливішими й здоровішими? Як гадаєте, коли ці вправи “Миттєва допомога!” можуть бути корисними?
- Давайте запам’ятаємо те, що ми вивчили, і подивимося, чи знадобиться це нам усім наступного разу».

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Стратегія	Які самовідчуття ви помітили у своєму тілі?	Вони приємні, неприємні чи нейтральні?
Назвіть шість кольорів у цій кімнаті.		
Полічіть від 10 до 1.		
Зверніть увагу на три різні звуки в класі та за його межами.		
Повільно випийте склянку води. Відчуйте її в роті та горлі.		
Хвилину погуляйте класом. Зверніть увагу, що відчують ступні на підлозі.		
Міцно стисніть докупи дві долоні або потріть одну до одної, щоб нагрілися.		
Торкніться меблів або поверхні поруч. Зверніть увагу на їхню температуру і текстуру.		
Повільно натисніть на стіну долонями або спиною, зверніть увагу на відчуття в м'язах.		
Озирніться довкола класу: що зачіпає вашу увагу?		

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Стратегія «Миттєва допомога!»

Станція 1



Повільно випийте склянку води.

Відчуйте її в роті та горлі.

Що ви відчуваєте всередині?

Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ**Стратегія «Миттєва допомога!»****Станція 2**

Назвіть шість кольорів, які ви бачите.

Що ви відчуваєте всередині?

Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

**Стратегія «Миттєва допомога!»
Станція 3**



Озирніться довкола класу: на чому зупиняється ваша увага?

Що ви відчуваєте всередині?

Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ**Стратегія «Миттєва допомога!»****Станція 4**

Обійдіть клас і полічіть від десяти до одного.

Що ви відчуваєте всередині?

Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Стратегія «Миттєва допомога!»

Станція 5



Торкніться меблів або поверхні поруч.
Зверніть увагу на їхню температуру і текстуру.

Що ви відчуваєте всередині?
Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ**Стратегія «Миттєва допомога!»
Станція 6**

Міцно стисніть до купи дві долоні
або потріть одна об одну, щоб нагрілися.

Що ви відчуваєте всередині?
Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Стратегія «Миттєва допомога!»

Станція 7



Зверніть увагу на три різні звуки в класі
та за його межами.

Що ви відчуваєте всередині?
Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ**Стратегія «Миттєва допомога!»****Станція 8**

Обійдіть класну кімнату. Зверніть увагу, що відчувають ступні на підлозі.

Що ви відчуваєте всередині?

Вам приємно, неприємно, нейтрально?

РОЗДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Стратегія «Миттєва допомога!»

Станція 9



Повільно притисніть долоні чи спину
до стіни або дверей.

Що ви відчуваєте всередині?
Вам приємно, неприємно, нейтрально?

Педагогічна модель СЕЕН (продовження)

СЕЕН також включає інші важливі елементи педагогіки миру: етичність, яка ґрунтується на розумінні взаємозалежності, поціновування спільності з людством попри відмінності між людьми і системне мислення. Системне мислення — це ключовий підхід зі сфери критичного мислення, яким часто послуговуються у педагогіці миру, щоб зрозуміти, деконструювати і знайти рішення для форм насилля, глибоко вкорінених у суспільних системах (політичній, економічній, класовій тощо). Подібно до принципу НУШ під назвою педагогіка партнерства, педагогічна модель СЕЕН ґрунтується на конструктивістському підході, за яким учнівство заохочує ставити запитання, роздумувати й інтегрувати нові розуміння у своє звичне життя. Підсумковий проєкт програми СЕЕН запрошує учнів і учениць скористатися системним мисленням і цінністю співпереживання, щоб спланувати і впровадити певну зміну в своєму оточенні, яка стосується проблеми, важливої для них і їхньої громади. Цей проєкт дає учнівству змогу на практиці спробувати залученість у ролях відповідальних громадян і громадянок, як прописано в реформі НУШ.

Вдумливі діалоги, представлені у наступному прикладі (урок 2 з розділу 5), навчають учнівство, що слухати вдумливо, з повагою і емпатією — це фундамент для взаєморозуміння і співпраці.

СЕРЕДНЯ ШКОЛА. УРОК 5.2.

Розділ 5: Навчатися одне від одного, пізнавати одне одного

Урок 2: Вдумливі діалоги

МЕТА УРОКУ

У цьому уроці вводяться такі практики як «вдумливе слухання» та «вдумливі діалоги». «Вдумливе слухання» означає слухати інших із відповідальністю, емпатією та повною увагою, не перебивати, не відволікатися, не зосереджуватися на собі, власних судженнях та тому, що хочеш сказати. «Вдумливі діалоги» — це розмови між двома учнями/ученицями із використанням техніки «вдумливого слухання» для відповідей на ряд запитань. Формат вдумливих діалогів дає кожній стороні можливість обдумати навчальний матеріал та його застосування в житті, а також коротко поділитися цим із іншим учнем/іншою ученицею. Вдумливі діалоги допомагають учнівству досягати критичних осмислень, поглиблювати розуміння матеріалу, а також навчатися одне від одного.

НАВЧАЛЬНІ РЕЗУЛЬТАТИ

Учениці й учні:

- попрактикують навичку вдумливого слухання без перебивання чи зосередження уваги на собі;
- попрактикують використання формату вдумливих діалогів.

КЛЮЧОВІ СКЛАДОВІ

Увага і самоусвідомленість

ТРИВАЛІСТЬ

35 хвилин

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ УРОКУ

Підготуйте:

- два великі аркуші паперу, щоб робити нотатки щодо вдумливого слухання, по дві колонки на кожному:
 - ◊ «Коли мене не слухають, я відчуваюся...» і «Коли мене уважно слухають, я відчуваюся...»;
 - ◊ «Вдумливе слухання — це...» і «У спільноті, де люди уважно слухають одне одного...»;
- великі аркуші паперу із запитаннями для вдумливого діалогу;
- маркери;
- сигнал для практикування уваги, наприклад, дзвоник.

«РОЗІГРІВ» | 5 ХВИЛИН

- *«Давайте проведемо коротку вправу на увагу. Як нам хочеться почуватися фізично, на рівні тіла?»*
- *Спершу займімо зручну позу, спину тримаємо рівно. Я буду з розплющеними очима, а ви можете заплющити очі або дивитися у підлогу.*
- *Тепер оберіть один із ресурсів зі свого набору або ж уявіть новий: щось, від чого ви відчуваєтеся краще, безпечніше, щасливішими.*
- *Тепер давайте подумаємо про цей ресурс і спробуємо зосередити всю увагу на ньому протягом хвилини у тиші. Якщо вам більше підходить заземлення, можете попрактикувати його. [Зробіть паузу.]*
- *Що ви помічаєте у своєму тілі? Якщо вам зараз приємно або нейтрально, зосередьтеся на цьому відчутті. Якщо вам зараз неприємно, то перенесіть увагу на іншу частину тіла, яка відчувається краще. [Зробіть паузу.]*
- *Тепер зосередьмося на диханні. Спробуємо простежити за тим, як ми вдихаємо і видихаємо.*
- *Якщо вам некомфортно стежити за диханням, можете повернутися до практики ресурсності або заземлення. [Зробіть паузу на 15–30 секунд.]*
- *Якщо ви відволікаєтеся, спробуйте потримати увагу на диханні. Можете порахувати свої вдихи й видихи. [Зробіть паузу трохи на довше: секунд 30–60 або більше.]*
- *Завершуймо вправу, розплющуймо очі. На що ви звертали увагу?» [Дайте ученицям і учням можливість поділитися уголос.]*

ПРЕЗЕНТАЦІЯ І ОБГОВОРЕННЯ | 10 ХВИЛИН**ВДУМЛИВЕ СЛУХАННЯ*****ОГЛЯД**

Під час цієї вправи учні й учениці поговорять про те, що, на їхню думку, означає «вдумливе слухання».

ЩО ВИВЧАТИМЕМО

- Існує велика різниця між неуважним слуханням і вдумливим слуханням.
- Ця різниця впливає на тих, хто говорять, тих, хто слухають, і всю спільноту.

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ УРОКУ

Підготуйте:

- великі аркуші паперу;
- маркери;
- дзвоник.

СХЕМА ДІЙ

- Поясніть, що сьогодні ви говоритимете про те, що означає по-справжньому слухати співрозмовника / співрозмовницю.
- Попросіть дітей подумати і сказати, як вони почуваються, коли хтось не дуже уважно їх слухає, а їм потрібна повна увага. Запишіть учнівські ідеї на великому аркуші паперу під заголовком «Коли мене не слухають, я почуваюся...».
- Попросіть учнівство поділитися, як вони почуваються, коли їх слухають із повною увагою та без осуду. Запишіть їхні ідеї на великому аркуші паперу під заголовком «Коли мене уважно слухають, я почуваюся...».
- Коротко зауважте разом із дітьми різницю між двома отриманими списками.
- Запитайте учнівство, який вигляд, на їхню думку, має слухання з повною увагою. Поясніть, що у класі ви будете називати його «вдумливим слуханням». Запишіть їхні ідеї під заголовком «Вдумливе слухання — це...».
- Запитайте, що було би, якби увесь клас або спільнота уміли вдумливо слухати одне одного. Запишіть їхні ідеї під заголовком «У спільноті, де люди уважно слухають одне одного...».
- Поясніть, що зараз ви робитимете вправу, під час якої вони вдумливо слухатимуть одне одного.

ПІДКАЗКИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЬСТВА

У структурі СЕЕН вдумливе слухання означає уміння слухати уважно, не перебивати, не відволікатися, не давати порад і не переводити розмову на себе. Дуже часто, коли слухаємо іншу людину, ми приділяємо їй увагу лише частково; решту уваги ми витрачаємо на свої реакції, думки та те, що збираємося сказати, коли дійде наша черга говорити. Вдумливе слухання — це вміння помічати усе це, свідомо відкладати подібні пориви убік та слухати співрозмовника чи співрозмовницю з повною увагою і без осуду. Як і співпереживання, вдумливе слухання сфокусоване на інших, а не на собі.

ПРИКЛАД ПРОВЕДЕННЯ

- *«Сьогодні ми з вами дізнаємося, що означає справді уважно слухати іншу людину.*
- *Ми постійно спілкуємося з іншими людьми: ми говоримо до них, вони — до нас. Але чи бувало у вас відчуття, що ви щось кажете своєму співрозмовникові, а він ніби не слухає? Як ви при цьому відчуваєтеся? [Запропонуйте дітям висловитися і запишіть їхні ідеї під заголовком «Коли мене не слухають, я відчуваюся...».]*
- *А як ви себе відчуваєте, коли вас слухають із повною увагою, без осудження і критики? Чи є хтось у вашому житті, хто уміє так слухати? [Зробіть паузу.] Як ви при цьому відчуваєтеся? [Запропонуйте учням і ученицям висловитися і запишіть їхні ідеї під заголовком «Коли мене уважно слухають, я відчуваюся...».]*
- *Погляньмо на ці два списки, які у нас вийшли. Чим вони відрізняються?*
- *А як ми самі поводимося, коли хтось говорить із нами? Що означає слухати іншу людину з повною увагою? У чому вона проявляється? Ми вже знаємо про вдумливість, тому називатимемо таке слухання вдумливим. [Попросіть учнів та учениць поділитися думками щодо цього та запишіть їх під заголовком «Вдумливе слухання — це...».]*
- *А давайте розглянемо спілкування не між двома людьми, а в громаді — наприклад, класі чи школі. Якби ми як шкільна громада уміли слухати одне одного з повною увагою, практикували таке слухання, допоки навчимося це робити добре, і тоді слухали б одне одного тільки вдумливо, як би це вплинуло на нашу шкільну спільноту? Що б змінилося? [Попросіть учнів та учениць поділитися думками щодо цього і запишіть їхні ідеї під заголовком «У спільноті, де люди уважно слухають одне одного...».]*
- *Уміння вдумливо слухати, як і увагу, можна тренувати, мов м'яз. Сьогодні ми навчимося робити вправу, під час якої будемо слухати одне одного з повною увагою та без осуду. Ця вправа називається «Вдумливі діалоги»».*

РЕФЛЕКТИВНА ПРАКТИКА | 17 ХВИЛИН

ВДУМЛИВІ ДІАЛОГИ*

ОГЛЯД

Під час цієї рефлексивної практики учнівство працюватиме у парах. Використовуючи запитання-підказки, діти будуть обдумувати пройдений матеріал та навчатися слухати й говорити вдумливо.

ЩО ВИВЧАТИМЕМО

- Ми можемо навчитися слухати вдумливо, з повною увагою та без осуду.
- Ми можемо дізнатися чимало одне про одного за короткий час, якщо слухатимемо вдумливо.
- Коли нас слухають вдумливо, ми відчуваємося «почутими» і «побаченими», а це допомагає скріпити взаємини між людьми.
- Уміння висловити свої думки і почуття людині, яка вдумливо слухає, підштовхує нас до глибших роздумів та нових осмислень.

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ УРОКУ

Жодних.

СХЕМА ДІЙ

- Поясніть класові формат вдумливого діалогу.
 - ◇ Діти практикуватимуть вдумливі діалоги у парах. Кожна пара вирішує, хто починає: цей учень чи учениця ставитиме запитання і першим/першою з двох практикуватиме вдумливе слухання. Інша особа в парі відповідатиме на запитання. Ці запитання ви можете записати на дошці або великому аркуші паперу так, щоб усі діти в класі їх бачили. Запитання потрібно ставити і давати на них відповіді за порядком, без обмеження часу на кожне, але у рамках часу, виділеного на вправу. Коли друга особа відповідає, то той / та, хто ставить запитання, практикує вдумливе слухання і не говорить нічого, окрім власне запитань. Після отримання відповіді учень / учениця дякує та переходить до наступного запитання.
 - ◇ Ще до початку вправи поясніть дітям, що нічого страшного, якщо вони не встигнуть поставити усі три запитання до того, як задзвенить дзвоник. Якщо ж діти виконають вправу до сигналу про завершення, нехай постоять / посидять мовчки, доки почують дзвоник. Скажіть учням і ученицям, щоб ті, хто ставитимуть запитання, звернули увагу на своє бажання заговорити самим, нагадайте, що їхнє завдання — зосередитися на тому, що відповідає партнер / партнерка у парі, і що вони матимуть можливість висловитися, коли поміняються ролями.
 - ◇ Дуже важливо, аби ще до початку діалогів діти мали час прочитати і обдумати запитання, на які даватимуть відповіді.

- ◊ Вдумливі діалоги є конфіденційними. Почуте під час вправи не повинно виноситися на увесь клас. Якщо вам ставлять запитання, на яке ви не хочете відповідати, можете відповісти на інше — яке вам би хотілося почути натомість.
- Запросіть когось із учнівства добровольцем для демонстрації вдумливого діалогу класові. Усім в класі мають добре бачити запитання цього діалогу — ви можете записати їх на великому аркуші паперу або дошці. Дайте класові хвилину на ознайомлення з запитаннями. А тоді почніть вдумливий діалог із використанням таких запитань:
 - ◊ Розкажи мені, будь ласка, про один зі своїх особистих ресурсів.
 - ◊ Дякую. Які тілесні самовідчуття ти помічаєш у собі, коли думаєш про свій ресурс?
 - ◊ Дякую. Що ще ти б хотіла / хотів би розповісти мені про свій ресурс або свої почуття?
- Щоб показати дітям вдумливий діалог, попросіть учня / ученицю поставити ці ж запитання вам і дайте на них відповідь перед усім класом, демонструючи адекватний рівень розкриття особистої інформації. Коли ви з партнером / партнеркою по діалогу обоє дасте відповіді на запитання, попросіть решту класу розповісти, що вони підмітили у вашій розмові.
- Після цього об'єднайте всіх по двоє та дайте їм можливість попрактикувати вдумливий діалог у парах (якщо залишається одна людина, можете бути в парі з нею чи запропонувати комусь бути втрійох). Нехай діти сядуть або стануть одне біля одного так, щоб усі бачили запитання і дивилися одне на одного у процесі виконання. Поясніть учнівству, що вони починають після дзвоника. Коли він задзеленчить удруге, це означатиме, що час зупинитися і помінятися ролями: ті, хто ставили запитання, тепер відповідатимуть на них, і навпаки. Коли дзвоник задзеленчить утретє, це означає кінець вправи.
- Поясніть учнівству, що вдумливі діалоги мають бути безпечними, тому якщо хтось не хоче відповідати на конкретне запитання, вони можуть відповісти на якесь інше — те, яке б їм натомість хотілося почути. Можна узагалі не відповідати і просто побути разом у комфортній тиші.
- Задзеленчіть у дзвоник і починайте вправу. Зафіксуйте для себе тривалість вправи: виділіть на неї від 60 до 90 секунд, у залежності від того, наскільки вашим учням і ученицям комфортно спілкуватися. Після завершення часу задзеленчіть у дзвоник і попросіть дітей помінятися ролями. Нагадайте їм, що нічого страшного, якщо вони не встигнуть дати відповіді на всі запитання. Загалом один раунд вправи на вдумливі діалоги триває близько трьох хвилин, і за цей час кожна дитина встигне побути в ролі того, хто слухає, і того, хто дає відповіді на запитання.
- Завершіть вправу запитаннями про те, що учні й учениці відчували, практикуючи вдумливі діалоги.

- ◇ «На що ви звернули увагу, коли були у ролі слухача? На що ви звернули увагу, коли давали відповіді на запитання?
- ◇ Коли протягом дня ви слухаєте співрозмовників/-иць вдумливо?
- ◇ Коли ви відчуваєте, що вас слухають вдумливо?
- ◇ Які тілесні самовідчуття ви помітили, коли слухали або коли слухали вас?
- ◇ Чому коли нас слухають, на рівні тілесних самовідчуттів ми відчуваємося безпечніше, у зоні стійкості?»

ПІДКАЗКИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЬСТВА

- Дуже добре перед практикою вдумливих діалогів провести коротку вправу або рефлексію (наприклад, помалювати) на тему, яка буде використана у діалогах. Це дасть дітям час на те, щоб ще до діалогів подумати над матеріалом; відтак відповіді будуть глибшими. Наприклад, перш ніж практикувати вдумливі діалоги про учнівські ресурси, можете дати їм можливість помалювати або подумати про ресурс, який вони визначили для себе як цінний, або про якийсь новий. Перед вдумливими діалогами про доброту можете попросити їх хвилинку подумати про добрий вчинок, свідками якого вони нещодавно стали.
- Вдумливі діалоги у структурі СЕЕН є короткими, але концентрованими. Кожен раунд триває 2–3 хвилини. Техніку вдумливих діалогів можна використовувати для цілого ряду тем, але оскільки вони можуть бути особистими й насиченими, постійно нагадуйте учнівству, що якщо їм не хочеться відповідати на поставлене запитання, вони можуть дати відповідь на інше, яке їм натомість хотілося би почути, або ж просто побути удвох у комфортній тиші. Вдумливі діалоги — чудовий спосіб підвести учнівство до рефлексій та персоналізації знань.
- Якщо ви не знайомі з таким типом вправ, рекомендовано спробувати спершу на собі за участі іншої дорослої людини. Проведіть такий діалог за межами класу, щоб зрозуміти, що ви при цьому відчуваєте і як працює хронометраж вправи. Дітям може знадобитися кілька таких практик, щоб освоїти цей формат і звикнути до нього, але після цього вдумливі діалоги стануть ефективним інструментом, який ви зможете використовувати для осмислення інших матеріалів навчальної програми СЕЕН.

ПРИКЛАД ПРОВЕДЕННЯ

- «Отже, ми дізналися, що таке вдумливе слухання. Тепер можемо попрактикувати його. Ми робитимемо це у форматі вдумливих діалогів. Діалог — це коли двоє або більше людей по чергову говорять, а інші вдумливо слухають.
- Хто хотіли б спробувати провести такий діалог у парі зі мною? Ми покажемо класові, як проводити цю розмову, із використанням запитань, на які ви після цього відповідатимете у парах.

- Зараз ми з [ім'я добровольця] покажемо, як провадити вдумливий діалог. Ось три запитання. Я буду ставити їх, а ти, [ім'я добровольця], відповідатимеш. А потім ми поміняємося ролями. Я ставитиму запитання одне за одним. А коли ми поміняємося, ти ставитимеш їх мені.
- Після того, як я поставлю запитання, я буду вдумливо слухати твою відповідь і не перебиватиму. Коли настане твоя черга запитувати, ти слухатимеш мене так само. Усіх вас я прошу уважно стежити за нашою розмовою: ви матимете можливість попрактикуватися, коли ми завершимо.
- Спершу прочитаємо запитання у тиші.
- Тепер можемо починати. [Ім'я], розкажи, будь ласка, про один зі своїх особистих ресурсів. [Слухайте і власним прикладом показуйте дітям вдумливе слухання, доки учень / учениця даватиме відповіді; кивайте, приділяйте повну увагу, не перебивайте.]
- Дякую. Які тілесні самовідчуття ти помічаєш у собі, коли думаєш про свій ресурс? [Вдумливо слухайте.]
- Дякую. Що ще ти б хотіла / хотів розповісти мені про свій ресурс або свої почуття? [Вдумливо слухайте. Коли учень / учениця завершить, задзеленчіть у дзвоник.]
- Цей дзвінок означає, що зараз ми поміняємося ролями. Тепер ти постав мені ці ж запитання одне за одним. Коли я відповідатиму, ти будеш вдумливо слухати. Коли я завершу відповідь, ти подякуєш і поставиш мені наступне запитання. Домовилися? [З повною увагою давайте відповіді на запитання.]
- На що ви всі звернули увагу під час цього вдумливого діалогу?
- Що ви помітили у нашому вдумливому слуханні?
- Як гадаєте, чи може вдумливе слухання бути проявом доброти до людини? Чому так?
- Як, на вашу думку, вдумливе слухання впливає на наше відчуття безпеки чи нервову систему?
- А що, коли я не хочу відповідати на запитання? Скажімо, мені некомфортно давати відповідь на одне з них. Що я можу зробити у такій ситуації? [Дайте учням і ученицям можливість запропонувати варіанти дій або одразу покажіть їм власним прикладом у парі зі своїм партнером / партнеркою по діалогу.]
- Оскільки вдумливі діалоги мають бути безпечними, то коли я не хочу відповідати на поставлене запитання, я можу натомість дати відповідь на якесь інше, яке мені хотілося б почути. Я можу сказати: «Мені б хотілося, щоб ти поставив / поставила мені інше запитання, тому я дам відповідь на нього». І відповідайте на «своє» запитання. Навіть це є свідченням того, що вдумливі діалоги — це про доброту і повагу у вмінні слухати й спілкуватися одне з одним.

- Тепер давайте усі спробуємо попрактикувати вдумливі діалоги. Знайдіть собі партнера / партнерку і станьте так, щоб ви бачили запитання ось тут на аркуші (дошці).
- Вирішіть між собою, хто першим чи першою буде вдумливо слухати. Ця особа ставитиме запитання. Підійміть руки ті, хто ставитимуть запитання першими. Пам'ятайте, ви всі будете у цій ролі, тому зараз руки підіймають лише ті, хто робитимуть це першими. Отже, ви ставитимете ці запитання і будете вдумливо слухати відповіді своєї пари по діалогу.
- Коли задзеленчить дзвоник, починайте. Ті, хто ставлять запитання, зачитують перше зі списку і будуть уважно слухати. Коли ті, хто дають відповіді, завершать, подякуйте їм та переходьте до наступного запитання.
- Коли дзвоник задзеленчить удруге, це буде сигналом помінятися ролями. Не хвилюйтеся, якщо не встигнете відповісти на всі запитання — нічого страшного. Відповідати можна у власному темпі. Чи є у вас запитання до мене?
- Поверніться обличчям одне до одного в парі й почнімо. [Задзеленчить у дзвоник.]
- [Коли кожен і кожна в парі мали можливість дати відповіді та вдумливо послухати, підсумуйте вправу за допомогою таких запитань:]
 - ◇ На що ви звернули увагу, коли слухали? На що ви звернули увагу, коли відповідали на запитання?
 - ◇ Коли протягом дня ви слухаєте співрозмовників вдумливо?
 - ◇ Коли ви відчуваєте, що вас слухають вдумливо?
 - ◇ Які тілесні самовідчуття ви помітили, коли слухали або коли слухали вас?
 - ◇ Чому коли нас слухають, на рівні тілесних самовідчуттів ми відчуваємося безпечніше, у зоні стійкості?»

ПІДСУМКИ | 3 ХВИЛИНИ

- «Що з того, що ви сьогодні дізналися, вам би хотілося запам'ятати?
- У якій ситуації ви би могли попрактикувати вдумливе слухання до нашої наступної зустрічі? Із ким ви б могли це зробити?»

ДОДАТКОВІ ТЕМИ ДЛЯ ДІАЛОГІВ

Якщо у вас буде час, повторіть цю практику з використанням нових запитань для вдумливих діалогів, наприклад, тих, що подані нижче. Можете придумати власні, які б давали учнівству змогу повторити і переосмислити матеріал програми СЕЕН. Запропоновані запитання закріплюють знання, засвоєні під час цього та попередніх розділів.

ЩАСТЯ І СПІВПЕРЕЖИВАННЯ (ПЕРШИЙ РОЗДІЛ)

1. Розкажіть про ситуацію, коли хтось проявив чи проявила до вас доброту або співпереживання чи зробив/-ла вам щось приємне.
2. Як ви при цьому почувалися?
3. Яким способом ми можемо проявляти більше співпереживання іншим?

РЕСУРСНІСТЬ І ЗАЗЕМЛЕННЯ (ДРУГИЙ РОЗДІЛ)

1. Розкажіть про ситуацію, коли ви застосували техніки ресурсності або заземлення, щоб повернутися у свою зону стійкості.
2. Як це вам допомогло?
3. У яких ситуаціях ресурсність і заземлення є найбільш корисними?

УВАГА (ТРЕТІЙ РОЗДІЛ)

1. Розкажіть, що вам вдається робити краще, коли ви приділяєте цьому повну увагу.
2. Як ви відчуваєтеся, коли приділяєте цьому заняттю повну увагу?
3. Якому заняттю ви б хотіли уміти приділяти повну увагу і чому?

Як долучитися до СЕЕН в Україні

У липні 2019-го організація EdCamp Ukraine офіційно презентувала програму СЕЕН на національному рівні, після чого переклала і адаптувала методичні вказівки щодо впровадження, три рівні навчальної програми (для так званої «ранньої» початкової школи, початкової школи і середніх класів), окремі матеріали, розроблені спеціально для умов строгих карантинів під час пандемії коронавірусу і продовжує очолювати загальнонаціональний шкільний експеримент за участі 26 учителів і учительок, які першими, з жовтня 2019-го, впроваджують СЕЕН у своїх школах за підтримки Міністерства освіти й науки України. Цих перших 26 педагогів навчали спеціалісти і спеціалістки з Університету Еморі, а представники і представниці EdCamp Ukraine, які надаватимуть освітянам свою підтримку надалі, наразі завершують вчитися на фасилітаторів і фасилітаторок СЕЕН — це дасть їм змогу успішно поширювати програму. Усі залучені освітяни експериментують не тільки з уроками навчальної програми СЕЕН, а й із їх упровадженням в українській шкільній реальності. Вони підшукують їм найкраще використання — у рамках конкретних предметів, у кількох предметах чи як позакласні активності (загалом ця навчальна програма досить гнучка для різноманітних впроваджень, але найкраще її застосування в Україні ще потрібно підібрати, та й воно може різнитися для різних шкіл).

Крім того, 29 301 учитель і учителька пройшли ознайомчі сесії зі соціально-емоційного й етичного навчання (здебільшого онлайн, станом на 27 листопада 2020 року), команда EdCamp Ukraine долучилася до розробки Університетом Еморі навчальної програми СЕЕН для старшої школи, а українське пілотне впровадження включили до глобального дослідження й оцінювання програми СЕЕН, які проводяться паралельно із впровадженням цього навчання у різних країнах світу.

Усі навчальні матеріали по СЕЕН будуть доступні безкоштовно онлайн ближче до завершення цього навчального року. Також 2021-го планується опублікувати онлайн-курс по СЕЕН українською мовою (англійською він уже викладений на сайті СЕЕН). Кожного й кожну з освітян запрошуємо ознайомитися з програмою, спробувати її на собі і своєму учнівству та адаптувати її відповідно до їхніх освітніх потреб — адже і розробники СЕЕН із Університету Еморі, і практикуючі освітяни з мережі EdCamp Ukraine вважають глобальні освітні ініціативи на зразок СЕЕН живими організаціями, які потрібно постійно критично аналізувати і поліпшувати.

Саме так EdCamp Ukraine планує протягом наступних років поширити соціально-емоційне й етичне навчання на всі українські школи і допомогти вдосконалити цю програму та зробити її одним із наріжних каменів Нової української школи.

Досвід реалізації освітнього проєкту «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів»

Євгенія Кочерга

старший викладач кафедри природничо-математичної освіти комунального закладу вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради», тренер освітнього проєкту «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів» за напрямками «Барабанне коло» та «Арт-техніки»

Світлана Лук'янченко

керівник освітнього проєкту «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів»

Конфлікти є невід'ємною частиною життя кожної людини. Але головне питання, на нашу думку, полягає у тому, як використовувати енергію конфліктів. Одним із позитивних напрямів використання енергії конфліктів є визнання її ресурсом для зростання, для зміни, для роботи над собою. Конфлікт є своєрідним індикатором того, що щось необхідно змінити як в ставленні до себе, так і в ставленні до оточуючих.

Освіта, як один із найважливіших соціальних інститутів, який має визначальний вплив на становлення особистості та має значний потенціал у формуванні цінності миру в підростаючого покоління. Але окрім того, в системі освіти існує проблема булінгу та мобінгу, яку необхідно вирішувати на різних рівнях. Отже, виникає необхідність пошуку методів формування та розвитку цінності миру, профілактики виникнення конфліктів та шляхів мирного розв'язання конфліктів.

Одними із шляхів трансформації конфліктів є шлях творчості. Ідея використання творчих методів для трансформації конфліктів є основою освітнього проєкту «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів», реалізація якого розпочалася з жовтня 2018 року в Дніпропетровській області ГО «ДОО «Сила майбутнього» в партнерстві з ГО «Рух «Етнодрайв». Проєкт фінансується німецьким урядом через Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH в рамках проєкту Громадська служба миру [2].

Навчання на проєкті відбувається за трьома напрямками: арт-техніки, барабанне коло та плейбек-театр.

У проєкті «Митці згоди» напрямок арт-технік об'єднує велику кількість різноманітних мистецьких технік, які можна використовувати для роботи як індивідуально (для вирішення внутрішньо особистісних конфліктів), так і в групі (для вирішення міжособистісних конфліктів). Митці згоди належать: ізотерапія, кольоротерапія, ігрова терапія, маскотерапія, ландшафтна терапія, пісочна терапія, мандалотерапія, музична терапія, тканева терапія, лялькотерапія, казкотерапія, глинотерапія, мульттерапія, кінотерапія та метафоричні асоціативні карти.

Барабанне коло (Drum circle) належить до методів музичної терапії, та зарекомендувало себе як ефективний метод для зняття психоемоційної напруги, покращення настрою, роботи зі стресовими станами і тощо. Барабанне коло має значний потенціал у процесі трансформації конфліктів, оскільки причини конфліктів та шляхи їх розв'язання пов'язані з людськими емоціями та відчуттями. Тому барабанне коло як раз і працює на тілесному та психічному рівні з людськими емоціями та відчуттями, такими як гнів, злість, печаль, страх, радість, сором'язливість, образа, задоволення, здивування, цікавість та ін. Гра на барабані дозволяє емоціям та почуттям проявитися. Те, що людина не може прямо сказати, або те, що приховано десь в тенетах підсвідомості, може вийти назовні через звук. Під час гри в барабанному колі учасники відчують спільність, підтримку, радість. Результатом є посилення командної мотивації, енергетичний заряд, покращення особистісного спілкування в команді.

Плейбек-театр – різновид інтерактивного театру імпровізації, що складається з двох основних комплементарних практик: розповіді глядачами особистих історій на публіку та миттєвої художньої інсценізації акторами цих розповідей у специфічних формах. У плейбек-театрі інсценізуються не літературні твори (на відміну від театру репертуарного) і не особисті змісти виконавців (на відміну від театру чистої імпровізації), а індивідуальні історії присутніх на виставі глядачів, тобто будь-кого з бажаючих, випадкових людей. Плейбек-театр часто використовується як інструмент соціальних змін на рівні малих та середніх, закритих та відкритих, однорідних та неоднорідних груп.

Окрім творчих методів учасники отримують навички фасилітації діалогу та ненасильницького спілкування.

Далі наведено приклади творчих вправ, які можна використовувати при проведенні виховних годин з учнями, при проведенні батьківських зборів, а також при проведенні педагогічних нарад у закладах загальної середньої освіти.

ВПРАВИ-ЕНЕРДЖАЙЗЕРИ

ВПРАВА «МАСАЖ-АКТИВАТОР»

МЕТА: зняття психологічної напруги.

ТРИВАЛІСТЬ: 2 хв.

КІЛЬКІСТЬ УЧАСНИКІВ: парна.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

Об'єднати всіх учасників у пари. У парі один з учасників стає спиною до другого. Другий учасник по спині першого «малює» руками та промовляє такі слова:

Від хвоста по самі вушка (веде руками від поперека до вух по спині)

В зебри смужки-смужки-смужки (паралельні горизонтальні лінії)

Ні кружечки (малює кружечки)

Ні клітинки (малює перпендикулярні лінії)

Ні малюнок на всю спинку (малює великий квадрат на всю спину)

Тільки смужки-смужки-смужки від хвоста по самі вушка (знову малює смужки та проводить руками від поперека до вушок).

Потім учасники міняються ролями.

ВПРАВА «ЗНАЙДИ СВОЮ ПАРУ»

МЕТА: рух, зняти напруження, спосіб «перезарядити батарейки», розминка м'язів, пам'яті, уваги.

НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ: папірці з написаним текстом – назва тварини (назва кожної тварини на двох папірцях).

ТРИВАЛІСТЬ: 5-10 хв.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

Кількість учасників ділимо на два – це кількість тварин.

Папірці складаємо в капелюх (може бути щось інше, наприклад, мішечок, шкатулку).

Діти по черзі дістають папірець і, нікому не показуючи, відходять.

Потім усі одночасно починають рухатися кімнатою (або поляною, якщо гру проводимо на природі).

Закривають очі руками, говорити заборонено, можна видавати звірині звуки.

Кожен знаходить свою пару, рухаючись та слухаючи інших.

ВПРАВА «ТИ МЕНІ ПОДОБАЄШСЯ ТИМ...»

МЕТА: рух, зняти напруження, спосіб «перезарядити батарейки», розминка м'язів, пам'яті, уваги.

НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ: м'яч, але за відсутності м'яча можна передавати по колу інший предмет (пляшка води, ручка тощо).

ТРИВАЛІСТЬ: 10-15 хв.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ**ВАРІАНТ 1.**

1. Учасники стають у коло.
2. Тренер кидає м'яч одному з учасників, кажучи водночас: «Мені в тобі подобається...» і називає вподобану якість (кілька якостей).
3. Учасник, який отримав м'яч, кидає його іншій людині й називає якості, які йому сподобалися.
4. М'яч повинен побувати у всіх учасників.

ВАРІАНТ 2.

Виконання вправи в парах.

ВПРАВИ НА ЗГУРТУВАННЯ КОМАНДИ**ВПРАВА: «БЕЗЛЮДНИЙ ОСТРІВ»**

ТЕМА: командобудування.

МЕТА: створення довіри у групі, відчуття єдиного цілого з командою. Визначення ролей: керівник та підлеглий.

ТРИВАЛІСТЬ: 15 хв.

НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ: ватман, маркери.

КІЛЬКІСТЬ УЧАСНИКІВ: від 9 до 30.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

Об'єднати всіх учасників у три команди. Завдання: уявіть, що ви потрапили на безлюдний острів. Вирішіть, який він, чи мешкають там тварини, які є рослини. Взагалі, який вигляд він має? Намалюйте його на ватмані. Розподіліть ролі серед учасників: хто та за що відповідає? (їжа, житло та інше) чи є комунікація з іншими островами та зовнішнім світом? Далі йде презентація власних проєктів кожної групи. Учасники захищають свої роботи. Рефлексія: кому було легше бути веденим та йти за іншими, а хто узяв на себе керівну роль?

ВПРАВА «ВРУЧЕННЯ ОСКАРА»

МЕТА: формування навичок взаємодії в команді, розвиток уяви, усвідомлення власної цінності кожним учасником, підвищення самооцінки.

ЧАС ПРОВЕДЕННЯ: 3-5 хв.

Можна проводити в кінці тренінгового заняття як вправу на рефлексію.

НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ: це будь-який предмет, який на момент гри у вашій уяві – статуетка «Оскар» (ручка, олівець, шишка, паличка, рулон фольги, що є під рукою).

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

Ведучий передає одному з учасників уявну статуетку «Оскар» та говорить при цьому, називаючи ім'я учасника, наприклад; «Олександро, я вручаю тобі «Оскара» за те, що ти...»

.... добрий та заряджаєш позитивом!

....надійний друг!

....цікавий співрозмовник!

....веселий та енергійний!

Статуетку передають по колу, вручають сусідові, говорячи щирі, позитивні слова про нього.

ВПРАВА «СТВОРЕННЯ ГРУПОВОЇ КАЗКИ»

МЕТА: діагностика та розвиток згуртованості групи, діагностика головних цінностей особистості, умінні «звучати» в колективі; розвиток мовної креативності, творчого образного мислення, розвиток емоційного інтелекту; активізація творчого ресурсу.

ЗАВДАННЯ:

- розвиток здібності самовираження;
- зняття напруження в групі;
- можливість заявити про себе кожному члену групи;
- виявлення основних життєвих цінностей та способів дій кожного учасника;
- розвиток творчої уяви, рефлексії.

НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ: набір різних малюнків – карток різних розмірів, кольорів, сюжетів. (Можна метафоричні асоціативні картки, набір довільних фотографій або просто кольорові вирізки із журналів. Можуть бути перемішані фото тварин, природи, людей, кольори, пори року, автомобілі – підходить будь-який малюнок).

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

1. Кожен учасник витягає картку з колоди або обирає розкладені на столі малюнком вниз.
2. Ведучий розпочинає розповідати історію, а кожен учасник в певному порядку продовжує думку попереднього, включаючи в розповідь зображення на картці.
3. Останній учасник завершує казку своєю фразою, або це робить ведучий.

ВПРАВИ НА РЕЛАКС, ЗАСПОКОЄННЯ ТА КОНЦЕНТРАЦІЮ УВАГИ

ВПРАВА «УТРИМАЙ ОЛІВЦІ»

МЕТА: концентрація уваги, взаємодія, згуртованість.

ТРИВАЛІСТЬ: 10 хв.

НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ: олівці.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

Спочатку виконується підготовче завдання: утворити пари. Партнери/партнерки в парах розташовуються один навпроти одного на відстані витягнутої руки й намагаються утримати олівець (або ручку), притиснувши його кінці подушечками вказівних пальців. Дається завдання: не випускаючи олівця, рухати руками вгору-вниз, назад-вперед.

Після виконання підготовчого завдання група стає в коло (відстань між сусідами – витягнуті руки), олівці затискаються між подушечками вказівних пальців сусідів. Група, не відпускаючи олівців, синхронно виконує завдання: підняти руки, опустити їх і повернути в початкове положення; написати цифру 2; написати коло, трикутник; зробити крок уперед, два кроки назад, крок вперед, крок назад; присісти, встати; зробити крок уперед, підняти руки; написати смайлик тощо.

ВПРАВА «ЗВУКИ НАВКОЛО НАС», «5 ПОЧУТТІВ»

МЕТА: заспокоєння, зняття напруги, збудження.

ТРИВАЛІСТЬ: 10 хв.

КІЛЬКІСТЬ УЧАСНИКІВ: усі учасники.

ХІД ПРОВЕДЕННЯ

Запропонуйте учням сісти зручно, розслабитися, заплющити очі й прислухатися до звуків довкола. Через хвилину запропонуйте охочим «озвучити» те, що вони почули. Краще вправу проводити на вулиці, де діти зможуть почути багато різних звуків.

Розширення вправи для заспокоєння, зняття збудження, напруги, mindfulness:

- Я бачу: пропонуємо учасникам знайти поруч речі, яких раніше не помічали (плямка, тріщинка, пір'ячко).
- Я відчуваю: запропонувати спробувати відчувати контакт одягу з тілом, прохолоду/тепло. Надати значення тим почуттям, на які раніше не звертали уваги.
- Що я чую: намагатися прислухатися та почути якомога більше різних звуків, особливо тих, на які раніше не звертали уваги.

- Які запахи я відчуваю: заплющити очі та відчути якомога більше різних запахів (парфум, запах книги, свіжого повітря тощо). Віднайти ті, на які раніше не звертали уваги в приміщенні.
- Смак: спробувати згадати смаки, які ви сьогодні, нещодавно відчували (чай, тістечко, на сніданок чи обід).
- Зосередитися на внутрішніх почуттях. Після вправи рефлексія: «Як вам було?», «Як ви себе почували та відчуваєте зараз? Що змінилося?».

Отже, творчі методи можна використовувати для профілактики виникнення конфліктів, для розвитку емоційного інтелекту, для згуртування освітніх спільнот.

Запропоновані вправи сприяють розвитку, на нашу думку, таких компетентностей, як:

- соціальна та громадянська компетентності, які розкриваються умінням працювати з іншими на результат, попереджати і розв'язувати конфлікти, досягати компромісів, обізнаність та самовираження у сфері культури;
- здатність розуміти твори мистецтва, формувати власні мистецькі смаки, самостійно виражати ідеї, досвід та почуття за допомогою мистецтва;
- здорове життя, яка передбачає усвідомлення цінності здоров'я та виконання заходів для збереження та зміцнення здоров'я як свого власного, так і оточуючих.

Дані компетентності є в переліку ключових компетентностей Нової української школи [1].

Детально з проєктом «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів» можна ознайомитися на сайті <http://mitcizgodi.tilda.ws/> або на сторінці Facebook <https://www.facebook.com/mitcizgodi/>

Список використаних джерел

1. Концепція «Нова українська школа», затверджена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14.12.2016 р. № 988-р. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
2. Лук'янченко С., Шапошников С., Кандібур Р., Дон О., Кочерга Є. Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів (від ідеї до практики). – Дніпро, 2019. 44 с. – URL: <http://mitcizgodi.tilda.ws/vydannya>

Виховання активних і відповідальних громадян через демократизацію шкільного життя

Христина Чушак

Координаторка Програми підтримки освітніх реформ
в Україні «Демократична школа»,
доцентка кафедри освітньої політики
КЗ ЛОР ЛОІППО

Про Програму «Демократична школа», її цінності та підходи

Школа – це модель суспільства. Діти проводять там значну частину свого життя і у стінах школи навчаються не лише математики, української мови та інших предметів «за програмою», а й взаємодіяти з однолітками, з «владою», уособленою керівниками школи, вирішувати проблеми та ін. Школа не лише передає знання з певних предметів, а й формує ставлення та цінності молодих громадян. З точки зору Програми підтримки освітніх реформ в Україні «Демократична школа» важливо, щоб школа усвідомлено готувала дітей і підлітків до життя в демократичному суспільстві, щоб вчителі та адміністрація школи розуміли важливість своєї ролі в цьому процесі – і мали інструменти, які допомагатимуть їм у цій місії.

Програму реалізує Європейський центр ім. Вергеланда, ресурсний центр, створений Радою Європи та урядом Норвегії. Відтак, Програма використовує підходи Ради Європи та Центру, локалізуючи їх для українських потреб. Головна ідея, з якою працює програма, – школа має бути моделлю *демократичного* суспільства, в якому учні та учениці розвивають свої громадянські та соціальні компетентності і навчаються бути активними й ефективними громадянами, які цінують і розбудовують демократичне толерантне багатокультурне суспільство.

Для цього ми використовуємо загальношкільний підхід (whole school approach), який пропонує розглядати школу як **цілісний організм**. Шкільне життя має багато аспектів. Європейський центр ім. Вергеланда і Програма «Демократична школа» пропонують розглядати їх у межах трьох ключових сфер: 1) шкільного врядування і середовища (або ширше – культури школи); 2) освітнього процесу; 3) співпраці з батьками та громадою. Ці три сфери взаємозалежні та частково перетинаються. Зміни в одній із них матимуть вплив на інші дві сфери. Якщо ми хочемо, щоб школа виховувала громадянина, який вміє жити в демократичному суспільстві, то вона має дбати, щоб кожна з цих сфер сприяла цьому завданню.

Відтак, ми працюємо над:

- розвитком демократичного шкільного врядування і демократичного освітнього середовища (культури) у школі;
- налагодженням освітнього процесу на основі принципів демократії і поваги до прав людини і задля наскрізного розвитку громадянських та соціальних компетентностей;
- розбудовою партнерства з батьками та громадою задля, з одного боку, вирішення проблем громади та школи, а, з іншого, через таку практичну діяльність відбувається формування активної громадянської позиції серед учнівства.

Крім того, важливою складовою загальношкільного підходу є залучення **усіх** учасників освітнього процесу, працівників школи та зацікавлених сторін (і учнів, і працівників шкільної їдальні, і представників місцевих громадських організацій чи місцевої влади) **на рівних умовах**.

У своїй роботі Програма спирається на принципи демократичної організації шкільного життя, зафіксовані в Хартії Ради Європи з освіти для демократичного громадянства й освіти з прав людини (2010) [6], до якої приєдналася й Україна. Оскільки ми обстоюємо ціннісно-орієнтовану освіту, адже, на нашу думку, саме цінності становлять фундамент поведінки та освіти, то коротко зупинюся на цих принципах:

Участь кожної та кожного. Участь у житті школи та громади має важливе значення, якщо ми хочемо розвивати громадянські компетентності учнів і зміцнювати демократичне суспільство. Розвиток громадянських компетентностей в школі – це не лише формування знань учнів про демократичні інститути та процеси, а й створення умов, за яких адміністрація, вчителі, учні та їхні батьки є безпосередніми учасниками демократичного процесу. Це створює умови для розвитку громадянських та соціальних компетентностей не лише учнів, а усіх учасників освітнього процесу.

Цінність різноманіття. Важливо поважати кожного, незважаючи на відмінності, оскільки ми всі маємо рівні права. Люди часто зазнають дискримінації тільки тому, що вони інші. Це не можна ігнорувати. Ми повинні домогтися того, щоб ніхто в суспільстві не зазнавав дискримінації. Але ми маємо рухатися далі; різноманіття не достатньо просто толерувати. Ми повинні користати з будь-якої нагоди, щоб обмінюватися думками з різними людьми і вчитися один в одного. Розмаїття робить нас і ціле суспільство багатшими.

Рівні можливості. Ми наділені рівними правами для участі в житті суспільства. Незважаючи на відмінності в родинах, поглядах, у тому, що і кого ми любимо, хто ми, хлопці чи дівчата, або які в нас є здібності, ми всі рівні у правах – тому маємо мати рівні можливості.

Повага до людської гідності. Незважаючи на всі відмінності, нас об'єднує гідність та права людини, які є невід'ємними та невідчужуваними. Гідність не треба заслужувати і її за жодних обставин не можна втратити. Відтак, нічию гідність не можна принижувати. На цьому спільному розумінні будуються усі основоположні сучасні міжнародні, й, відповідно, внутрішні державні, документи. І на цьому мають ґрунтуватися стосунки у школі – між учителями, адміністрацією, учнівством і батьками.

Мирне співіснування. Ми маємо різні інтереси, погляди тощо. В умовах різноманіття не завжди легко взаємодіяти. На жаль, нерідко трапляються непорозуміння і конфлікти. Дуже важливо вирішувати такі конфлікти мирним шляхом.

Ці принципи мають пронизувати всі сфери діяльності школи – і не на папері, а знаходити практичне вираження. Вони мають слугувати дороговказами щодо організації шкільного життя. Школі варто постійно намагатися покращити якість відносин між усіма учасниками освітнього процесу й будувати ці відносини на перелічених демократичних принципах. Або якщо ви, наприклад, вирішили покращити якість освітнього середовища у школі, то і тут ці принципи підкажуть, на що варто звертати увагу:

- облаштувати фізичний простір так, що це сприятиме рівному доступу і розвитку;
- розвивати вміння ненасильницького спілкування між усіма учасниками освітнього процесу;
- спільно створювати загальні правила (школи, класу), яких мають дотримуватися у школі учні, вчителі та батьки;
- розробляти системи заходів із попередження конфліктів, насильства та булінгу в школі;
- працювати з конфліктами: відходити від їх замовчування на користь проактивного вирішення конфліктних ситуації через співпрацю.

Зв'язок підходів програми з Новою українською школою

Програма «Демократична школа» діє в Україні з 2015 року, а у 2017 році, з впровадженням Нової української школи, вона розширилася і стала «Програмою підтримки освітніх реформ в Україні». Це означає, що, з одного боку, Програма долучалася до розробки важливих документів, що допомагають впроваджувати НУШ (наприклад, нових Державних стандартів для початкової (2018) та базової середньої освіти (2020), Критеріїв та індикатори оцінювання освітніх і управлінських процесів закладу освіти та внутрішньої системи забезпечення якості освіти (2020)), а з іншого, в своїх матеріалах для вчителів та керівників шкіл враховувала всі найновіші тенденції та зміни.

Наприклад, Програма активно працює з просуванням компетентнісного підходу в освітньому процесі, працюючи на випередження з вчителями 5-9 класів. Ми розробили методичні та практичні матеріали для реалізації однієї з чотирьох наскрізних змістових ліній, а саме – «Громадянська відповідальність». Активно пропагуємо зміну підходів до оцінювання досягнень учнів, навчаючи вчителів та адміністрацію шкіл як практично впроваджувати формувальне оцінювання.

Практичні інструменти Програми «Демократична школа» для вчителів та керівників шкіл

Оскільки у своїй діяльності Програма «Демократична школа» спирається на загальношкільний підхід, то ми пропонуємо матеріали та підходи, які будуть корисні різним суб'єктам освітнього процесу. За час роботи з українськими школами Програма «Демократична школа» напрацювала низку інструментів для різних суб'єктів освітнього процесу і зробила їх доступними на **сторінці Програми** [2].

Крім того, з січня 2021 року на платформі Prometheus [4] поступово відкриваються **сертифіковані онлайн-курси** з циклу «30 кроків до Нової української школи: навчаємо активного громадянства», які спрямовані на цілий педагогічний колектив («Стартуємо до успішної школи»), керівників шкіл («Секрети успішного директора і директорки»), учителів («Успішне вчительство – прості рецепти на щодень»), представників громади, педагогів-організаторів та класних керівників («Школа та громада для дитини»). Всі матеріали курсів вже доступні в інтерактивному посібнику «30 кроків до нової української школи: навчаємо громадянина» на цій же платформі.

Крім того, для керівників шкіл може бути цікавим **Інструмент демократичного розвитку школи** [3]. Інструмент багатофункційний. Його створено для того, щоб допомогти школі:

- вивчити та описати ситуацію в школі, ідентифікувати як досягнення, так і проблеми та виклики, обговорюючи їх відкрито;
- визначити можливі напрямки розвитку;
- здійснювати моніторинг та оцінку досягнутих змін;
- сприяти усталенню демократичних практик у школах.

Інструмент створено з урахуванням нововведень Нової української школи та положень міжнародних документів. Він визначає 29 демократичних стандартів. Він може допомогти зі створенням внутрішньої системи забезпечення якості освіти школи, а також є доброю основою для самооцінювання школи.

Апробація цього інструменту у понад 300 школах України засвідчила, що запровадження принципів демократії і прав людини в основні сфери діяльності школи сприяє покращенню якості освітнього середовища та підвищенню ефективності навчання.

Інструмент демократичного розвитку школи також доступний онлайн на сайті Програми. Щоб отримати до нього доступ, слід зареєструвати Вашу школу на нашій сторінці.

Для педагогів буде цікавий інший інструмент Програми – **Тулбокс для вчителів** [5], тобто, колекція вправ для розвитку громадянських компетентностей на всіх предметах¹. Команда програми «Демократична школа» спершу запропонувала адаптацію інтерактивних вправ для розвитку громадянських компетентностей на уроках з різних предметів у посібнику для вчителя «Громадянська відповідальність: 80 вправ для формування громадянської та соціальної компетентностей під час вивчення різних шкільних предметів» [1]. Цей посібник і став основою для електронного репозитарію розробок учителів, який розміщено на сайті Програми. Зараз він містить понад 600 різних вправ для 1-11 класів.

Пропонуємо вам ознайомитися з опублікованими там вправами, а потім організувати майстерню для колег у школі. Запропонуйте їм ознайомитися з 2-3 вправами для їхнього предмету, а потім обговоріть їх. Потім спробуйте провести одну-дві вправи, обговоріть цей досвід на методичному об'єднанні чи іншій зустрічі педагогів школи.

¹ Більше про історію створення Тулбоксу та відгуки користувачів і користувачок див. Як навчати учнів громадянської компетентності на будь-якому уроці // https://nus.org.ua/articles/yak-navchaty-uchniv-gromadyanskoyi-kompetentnosti-na-bud-yakomu-urotsi/?fbclid=IwAR3QPiAt2H_vwYTOuV_zhnLNITDmaQKHx3hTRGfVNWQN2DWiPU6qvi0V89w

Тренерська мережа Програми, самостійно і у співпраці з міжнародними експерт(к)ами, розробила цілу **низку інтерактивних вправ для застосування в школі** з усіма учасниками та учасницями освітнього процесу. Частина цих вправ з покроковою інструкцією опублікована в інтерактивному посібнику «30 кроків до нової української школи: навчаємо громадянина» на платформі «Prometheus». Тут пропонуємо Вашій увазі вправу-вступ до теми демократизації школи.

ДЕМОКРАТИЧНА ШКОЛА В КАПЕЛЮСІ-НЕВИДИМЦІ

ЗАВДАННЯ: виявити факти, що свідчать про демократію в школі за трьома сферами:

- демократичне врядування і середовище;
- розвиток громадянських компетентностей в освітньому процесі;
- співпраця з громадою.

ХІД ВПРАВИ:

КРОК 1. Об'єднайте учасників у групи по 4-5 осіб. Запропонуйте їм одягнути уявний «капелюх-невидимку», потрапити до школи і заглянути в кожен закуток, усе побачити і почути.

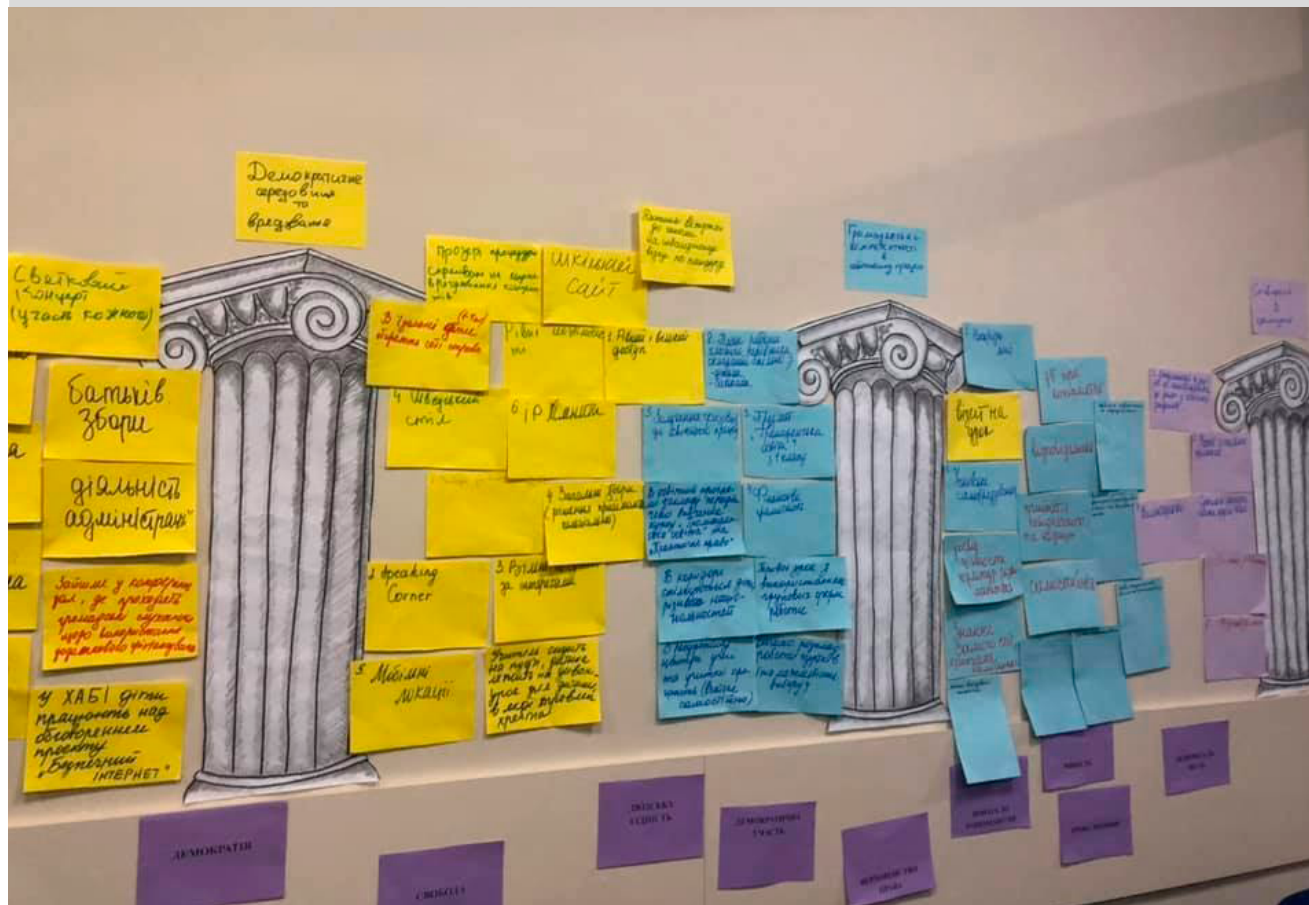
КРОК 2. Роздайте карточки формату 1/3 A4 і попросіть записувати «побачені» ними факти, які свідчать про демократію в школі. Важливо наголосити, що записувати потрібно по одному факту на одному аркуші. Поясніть, що факт – це те, що учасники можуть сфотографувати або відзняти на відеокамеру.

КРОК 3. На стіні або на дошці зробіть три заголовки “Демократичне врядування і середовище”, “Громадянська освіта і освіта з прав людини в освітньому процесі”, “Співпраця з громадою”. Через 15-20 хвилин попросіть групи по черзі презентувати і вивішувати на стіну аркуші із записаними фактами. Усією групою визначайте, до якої із трьох сфер можна віднести кожен із фактів.

Наприклад, на аркуші занотовано факт: “У кімнаті відбувається зустріч членів учнівського самоврядування”. Його потрібно розмістити під заголовком “Демократичне врядування і середовище”. Або факт “Учителька пояснює учневі, за що він отримав оцінку 9 балів і що потрібно зробити, щоб наступного разу оцінка була вищою” має бути розміщено під заголовком “Громадянська освіта і освіта з прав людини в освітньому процесі”.

Якщо в наступних груп факти повторюються, вони вивішують їх поряд із попередніми і доповнюють новими. **Важливо пояснювати, чому і як цей факт робить школу демократичною.** У результаті роботи на стіні маємо узагальнену модель демократичної школи.

Якщо виникають сумніви щодо того, чи запропонований факт справді стосується демократичної школи, потрібно звернутися до принципів демократичної організації шкільного життя, про які йшлося вище. Чи запропонований факт відображає якийсь із п'яти принципів? Якщо так, то приймаємо його і розташовуємо у відповідній сфері, якщо ні – то відхиляємо.



На фото – один з можливих варіантів оформлення результатів цієї вправи.

Підсумки

Програма «Демократична школа» вірить, що працюючи з освітянами ми працюємо задля демократичного і мирного сьогодення та майбутнього українського суспільства. Інструменти та матеріали, розроблені тренер(к)ами та експерт(к)ами в рамках Програми покликані навчати і учнів, і освітян засадам демократичної співдії, яка означає повагу один до одного, вміння конструктивна співпрацювати з різними людьми, що, зокрема, означає не боятися конфліктних ситуацій, а вміти вирішувати конфлікти мирно. Сучасному українському суспільству бракує цього – і це відображається не лише в політичному житті і глобальних питаннях, але і на щодень, і в шкільних буднях. Дуже сподіваємося, що завдяки спільним зусиллям громадських організацій та міжнародних програм, які працюють освітянами й школами в напрямку просування миротворчої освіти, освіти з прав людини, демократичної освіти освітяни школи ставатимуть все більше наближеними до моделі добре влаштованого комфортного дружнього суспільства, яке надає можливості і простір для творчості, розвитку й самовираження.

Список рекомендованої літератури

1. 80 вправ для формування громадянської та соціальної компетентностей під час вивчення різних шкільних предметів. Посібник для вчителя для реалізації наскрізної тематичної лінії “громадянська відповідальність” в оновлених шкільних програмах для 5-9 класів. / Рафальська М., Боярчук О., Герасим Н. та ін. – Європейський центр ім. Вергеланда – Київ, 2017 – 136 с. Доступно за посиланням <https://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/publikatsii-vydani-v-ramkakh-prohramy/gromadyanska-vidpovidalnist>
2. Демократична школа. Сторінка програми підтримки освітніх реформ в Україні «Демократична школа» // <https://www.schools-for-democracy.org>
3. Інструмент демократичного розвитку школи. Практичний посібник // <https://www.schools-for-democracy.org/onlain-resursy/instrument>
4. Платформа масових відкритих онлайн-курсів «Prometheus» // <https://courses.prometheus.org.ua/>
5. Тулбокс для вчителів // <https://www.schools-for-democracy.org/onlain-resursy/toolbox>
6. Хартія Ради Європи з освіти для демократичного громадянства й освіти з прав людини // <https://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/khartiya-radi-evropi-2>

Медіація в українській школі: від інновації до повсякденної практики

Гусєв Андрій Ігоревич

практикуючий психолог, тренер, медіатор, к. психол. н.,
доцент кафедри психології та особистісного розвитку ДЗВО
«Університет менеджменту освіти» НАПН України; керівник
Київської філії ГО «Одеська обласна група медіації»,
член ГО «Національна асоціація медіаторів України».

Медіаційні технології в Україні впроваджуються в роботу шкільної системи біля двадцяти років. За цей період були випробувані та довели свою ефективність кілька моделей функціонування медіації у школі. Всі ці спроби були ініційовані профільними громадськими організаціями, серед яких помітну роль зіграли зусилля Одеської обласної групи медіації та Українського центру порозуміння (насьогодні «Інститут миру та порозуміння» м. Київ).

Стислий огляд історії розвитку шкільної медіації в Україні

Перші спроби використання медіації у школі мали місце у 1996 році, коли силами співробітників Одеської обласної групи медіації (надалі ООГМ) у співробітництві з Одеським інститутом удосконалення вчителів було розпочате проведення семінарів для шкільних психологів, які згодом стали щорічними та були включені до програми курсів підвищення кваліфікації. У 1996–1999 робота була сконцентрована на презентації медіації шкільному товариству; демонстрації її можливостей у школі, визначенні сфер її застосування та можливого впливу на виховний процес. Також проводилась уніфікація та відпрацювання програми «Введення у шкільну медіацію».

З 1999 року розпочалась апробація програми «Медіації однолітків». Вона була реалізована в старших класах СШ № 4 м Іллічівська (нині Чорноморськ) Одеської області (директор О. Боровська). В основу програми були покладені методичні матеріали американського медіатора Річарда Коена [6]. Наступним важливим кроком була реалізація програми медіації однолітків у одеській СШ №84 під керівництвом британських вчителів-медіаторів Діани та Джона Лампменів [8]. А з 2000 року спільно з лабораторією громадянської освіти інституту удосконалення вчителів був запущений Міжрегіональний семінар «Культура миру і громадянська освіта» з Росвітой Джарман в роботі якого брали участь вчителі історії, права та практичні психологи з Миколаївської, Херсонської областей АР Крим. У рамках роботи цього семінару шкільна медіація почала впроваджуватися в цих регіонах системно.

На початку двохтисячних років значний вплив на розвиток української шкільної медіації мало знайомство її прихильників з концепцією відновного підходу (ВП), яке, перш за все, відбувалося через візити Говарда Зера, професора соціології та відновного правосуддя Східного Менонітського Університету, автора найвідомішої книги «Зміна об'єктиву» [4], яка заклала філософський та ціннісний фундамент відновного правосуддя.

З 2003 року розпочалось впровадження шкільної медіації ще у кількох регіонах України. Так у Луганській області воно розпочалося через «залучення представників шкіл до освітніх та інформаційних заходів Луганської групи медіації із роботи з неповнолітніми правопорушниками, а також через співпрацю із спеціальними закладами – виховною колонією та приймальником-розподільником для неповнолітніх. Загалом було охоплено близько 200 навчальних закладів Луганська і Луганської області (це приблизно 1/4 частина шкіл Луганської області, в тому числі школи-інтернати). У 2012 р. розвиток шкільної медіації було продовжено із залученням партнерів із Польщі. Так, у 2012-2014 р. у співпраці з польськими НУО – «Дім поєднання і споткань ім. Максиміліана Кольбего» (м. Гданськ) та «Польський Центр Медіації» (м. Труймясто) – було реалізовано кілька проектів з розвитку медіації у школах Луганської області» [3, с. 321-322]. Насьогодні діяльність із розповсюдження шкільної медіації в цьому регіоні відновлена в рамках проекту «Створення системи служб порозуміння для впровадження медіації за принципом “рівний-рівному” та вирішення конфліктів мирним шляхом в закладах освіти Донецької та Луганської областей», який впроваджує Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ) та ГО «Ла Страда-Україна» за фінансової підтримки Європейського Союзу [7].

З 2006 року розповсюдили свою діяльність на сферу шкільної медіації фахівці Українського центру порозуміння (УЦП), розташованого у Києві.

Слід значити, що надалі розвиток, умовно, «київського» та «одеського» напрямків шкільної медіації йшов за схожими сценаріями, але з різними акцентами. Обидві організації займались розробкою моделей впровадження медіації у школу та осмисленням отриманого досвіду через видання методичних посібників.

Так фахівці УЦП створили «Трирівневу модель профілактики правопорушень серед неповнолітніх в громаді», одним з елементів якої стали Шкільні Служби Порозуміння (ШСП), що виконують функції первинної і вторинної профілактики та є авторами посібника «Шкільна служба розв'язання конфліктів: досвід упровадження» [5], які були рекомендовані Міністерством освіти до використання у школі. Завдяки зусиллям співробітників УЦП у 2010 році також було видано два накази Міністерства освіти, які стосувались профілактики дитячих правопорушень та насильства по відношенню до неповнолітніх, в яких шкільна медіація вперше отримала офіційне визнання на рівні держави та була рекомендована до використання у школі.

На сьогодні модель ШСП набула популярності і поширюється в закладах освіти багатьма тренерами та організаціями, що в свій час пройшли навчання в Українському Центрі порозуміння. А узагальнення подальшого досвіду впровадження ВП вилилося у написання посібника «Відновні практики в школах» та опису моделі «Мирна школа», яка побудована

на відновному підході до розв'язання конфліктів. Зазначимо, що це сталося вже в новій організації – Інституті миру і порозуміння (ІМіП), яка в 2012 році успадкувала напрацювання УЦП та продовжила місію впровадження відновного підходу в Україні.

З 2003 року фахівці ООГМ, крім розвитку «медіації однолітків», почали включати в усі навчальні заходи в системі середньої освіти окрему тему з відновлювального підходу в якості одного з базових методологічних підходів для шкільної медіації. Співробітниками ООГМ у партнерстві з Одеським обласним інститутом удосконалення вчителів (ООІУВ), Службою у справах дітей Одеської міської ради та обласним Управлінням Кримінальної міліції у справах неповнолітніх, за грантової підтримки муніципалітету, був відкритий Муніципальний ювенальний центр. Одним із головних завдань центру була координація зусиль шкіл, міліції та соціальних служб, щодо профілактики правопорушень серед неповнолітніх, в тому числі шляхом використання медіації.

Співробітниками ООГМ у співпраці з лабораторією громадянської освіти ООІУВ було ініційоване розробку та викладання шкільного спецкурсу «Відновне правосуддя», а також створений посібник «Відновний підхід до викладання права у середній школі» (2007). В процесі розробки до «одеської» моделі був доданий третій компонент (після превенції і реагування) – постконфліктне засвоєння ненасильницьких моделей поведінки, який реалізовувався за допомогою програми «Альтернатива насильству» (Alternative to violence project – AVP). У 2013 році співробітники ООГМ підсумували десятирічний досвід впровадження шкільної медіації виданням посібника «Медіація у школі: український досвід впровадження» [12].

Таким чином розвиток шкільної медіації в Україні пройшов шлях від випробування та адаптації запозичених підходів до створення власних моделей функціонування медіації у школі; від впровадження у окремих «пілотних» школах до широко розгалужених мереж шкільних медіаторів у кількох регіонах країни; від просування ідей шкільної медіації окремим громадськими організаціями до її визнання на міністерському рівні, та введення медіації у завдання шкільних психологів в рамках НУШ.

Більш докладно з історією розвитку української медіації загалом, та шкільної медіації зокрема, можна ознайомитись у ювілейному виданні «Збірка статей «5 років діалогу і 25 років медіації в Україні: від протистояння до порозуміння» [3], в якому зібрані унікальні свідчення людей, які безпосередньо брали участь у становленні медіації в Україні.

Різні моделі існування шкільної медіації

Медіація в школі включає в себе кілька моделей роботи з конфліктними ситуаціями (медіація, «кола примирення», шкільні конференції, відновлювальні зустрічі тощо), що базуються на принципах ненасильства і самовизначення сторін.

На початку нагадаємо, що *медіація* – переговори, які побудовані посередником-медіатором таким чином, що сторони конфлікту мають можливість самостійно прийти до взаємовигідної угоди. Використання цієї технології передбачає наявність професійно підготовленого посередника-медіатора, а також дотримання принципів добровільності, конфіденційності, нейтральності медіатора та самовизначення сторін.

Шкільна медіація – технологія роботи з конфліктом, яка передбачає системне включення в роботу з конфліктами підготовленого дорослого медіатора. Як правило, це медіатор з числа педпрацівників цієї ж школи, але можливою є участь і звернення до допомоги медіаторів з системи управління освіти або незалежного агентства. У подібній системі регулюються ситуації як між учнями, так і такі, в яких є задіяними інші учасники навчально-виховного процесу.

Медіація однолітків – програма роботи з конфліктами в школі, яка ґрунтується на принципі «рівний – рівному», коли посередницька допомога у вирішенні конфлікту між залученими до нього учнями здійснюється медіаторами-однолітками (як правило учнями середньої та старшої школи), що пройшли спеціальну підготовку. Діти-медіатори у цьому підході проводять медіаційні зустрічі з однолітками, або з молодшими за віком дітьми. Запуск такої програми включає в себе цілий комплекс заходів, що спрямовані на роботу з адміністрацією і педколективом школи, самими учнями та батьківським співтовариством. Впровадження програми також вимагає наявності підготовленого дорослого координатора з числа співробітників школи, який має володіти навичками медіації, а також виконувати функції супервізора та тренера для підтримки та поповнення команди дітей-медіаторів. У довгостроковій перспективі програма сприяє зниженню конфліктності, поліпшенню психологічної атмосфери, пом'якшенню стилю поведінки конфліктуючих сторін та педагогічних підходів до вирішення конфліктів в масштабах цілого шкільного колективу. Програма спрямована на вирішення широкого кола конфліктних ситуацій, що виникають між учнями, та являє собою вдале доповнення до вже існуючих «традиційних» (адміністративних, педагогічних) моделей роботи з конфліктами у школі. Програма є ефективною виключно у разі прийняття та активної підтримки з боку вчителів, адміністрації, батьків учнів [12].

Широке розповсюдження сьогодні набуло використання технологій реалізації відновного підходу до вирішення конфліктів (*відновні/примирні зустрічі, «кола примирення / кола прийняття рішень»*), які застосовуються в тих випадках, коли сторони конфлікту мають нерівні позиції – правопорушника та потерпілого. Розвиток цієї технології покладений у основу функціонування *Шкільних служб порозуміння* (ШСП). У ШСП команда підготовлених старшокласників-посередників (медіаторів) допомагають своїм одноліткам розв'язувати конфлікти мирним шляхом, використовуючи в роботі відновні практики – медіацію однолітків, коло прийняття рішень – і працюють над формуванням безпечної атмосфери в навчальному закладі. Роботу ШСП організовує координатор, зазвичай – психолог чи соціальний педагог, який пройшов підготовку і володіє знаннями та навичками з організації та керування ШСП [5].

Насьогодні одна з технологій реалізації відновного підходу – Коло – фактично розширила межі свого застосування та набула статусу самостійної моделі не лише вирішення проблемних ситуацій, але і реалізації інших освітніх завдань. Зокрема, існує кілька напрямків роботи: коло цінностей (презентаційне коло); коло порозуміння; коло вирішення проблеми,

конфлікту; коло прийняття рішень; тематичне коло; коло зцілення; коло, що проводиться на батьківських зборах. Нагадаємо, що Коло – це «добровільне зібрання учасників/учасниць освітнього процесу (учні/учениці, вчителі, батьки, громадськість), які бажають обговорити, вирішити складні питання, проблеми, конфліктні ситуації та приймають спільне рішення в атмосфері взаємоповаги і турботи згідно з правилами. Головною особливістю Кола є те, що кожен/кожна з учасників/учасниць має можливість висловити власний погляд та бути почутим/почутою іншими учасниками/учасницями Кола» [3, с. 316] (більш докладно про технологію кола див [11]).

Таким чином сучасні моделі функціонування шкільної медіації надають змогу вирішувати всі види конфліктів, які можуть виникати у освітньому середовищі, від конфліктів пов'язаних з певними непорозуміннями, в яких зберігається рівність учасників, до специфічних конфліктів, в яких дії однієї зі сторін та нанесена шкода ставить сторони у нерівне положення – потерпілого та порушника – для вирішення яких необхідно застосовувати відновний підхід.

Існуючі підходи до впровадження медіації у школі

Фахівці ООГМ пропонують наступний алгоритм впровадження *програми медіації однолітків* у школі. Впровадження програми займає від трьох до шести місяців, в залежності від кількості вчителів та учнів у конкретній школі, та містить кілька етапів:

- попереднє інформування та отримання згоди адміністрації школи;
- інформування та діагностику вчительського колективу (для чого використовуються анкетування та зустрічі-презентації, на яких колектив школи ознайомлюється з головними ідеями, формами та принципами функціонування шкільної медіації, та має можливість висловити своє ставлення до почутого);
- триденний тренінг «Введення в медіацію» (24 год.) для всіх вчителів школи, що, крім розуміння програми, дає їм можливість використовувати елементи медіаційного підходу у своїй педагогічній діяльності;
- вибір (за допомогою анкетування) учнями кандидатів на участь у групі дітей-медіаторів;
- проведення навчальної програми з підготовки дітей-медіаторів з урахування часових можливостей та графіку навчання;
- створення командою медіаторів сценарію презентації програми та проведення презентації програми для батьків учнів;
- вироблення алгоритму функціонування центру медіації;
- створення і апробація програми просування і функціонування центру (презентації для дітей інших класів);
- просування теми медіації на загальношкільних заходах (більш докладно див[12]).

Згідно з моделлю створення *Шкільної служби порозуміння* розробленої фахівцями ІМіП ініціативна група має:

- Встановити контакт зі шкільною адміністрацією та запевнити її в доцільності використання медіації однолітків для вирішення конфліктів (для цього орієнтовно потрібен один тиждень).
- Розповсюдити оціночні анкети серед вчителів навчального закладу (орієнтовний час — 1–2 тижні).
- Організувати презентації, присвячені медіації, для учнів (доцільно зробити протягом 2–3 тижня від початку роботи).
- Відібрати потенційних медіаторів серед учнів за допомогою анкетування в день проведення презентації.
- Провести інтерв'ю з учнями та відібрати серед них учасників тренінгу з підготовки медіаторів ШСРК (орієнтовно протягом 3–4 тижня від початку роботи).
- Затвердити дату проведення тренінгу з адміністрацією та педагогічним колективом (приблизно на 3-му тижні).
- Вирішити матеріально-технічні питання тренінгу — місце, час, транспорт, їжа тощо (3–4-й тиждень від початку роботи).
- Поінформувати учасників, а також їхніх батьків та вчителів про успішний відбір (4-й тиждень роботи).
- Провести тренінг «Базові навички медіатора шкільної служби розв'язання конфліктів» (орієнтовно 5-й тиждень).
- Видати учням-медіаторам сертифікати, що засвідчують успішне проходження тренінгу (5-й тиждень роботи). Більш докладно дивись [5].

Загальними рекомендаціями щодо успішної реалізації будь-якого з різновидів програм медіації у школі є:

- a. наявність у дітей інтересу до теми вирішення конфліктів;
- b. «легалізація» програми керівництвом школи та усвідомлене її сприйняття, оскільки саме з перших осіб починається трансформація системи;
- c. наявність розуміння змісту медіації та її цілей у всіх учасників освітнього процесу, її підтримка з боку педагогічного колективу і батьківської спільноти;
- d. формування цінності медіації не тільки як способу вирішення конфліктів, але і як інструменту для досягнення демократії в школі;
- e. «розвінчування» міфів та стереотипів про те, що медіація не може допомогти вирішити проблеми дітей за допомогою створення простору відповідальності, взаємодії, співпраці між усіма учасниками освітнього процесу.
- f. наявність у дизайні програми впровадження відчутного та зрозумілого результату.

До можливих *труднощів* впровадження можна віднести:

- відсутність у тих, від кого залежить рішення про впровадження медіації, відчуття достатнього балансу між необхідними для запуску програми зусиллями та можливими її результатами.
- наявність у представників педагогічного колективу відмінної від медіаційної системи цінностей, що може обумовлювати не лише відсутність мотивації впроваджувати програму, але і становити прямий опір.
- бар'єрами на шляху до реалізації програми також може виступати внутрішня позиція дорослих учасників освітнього процесу, яка базується на загальній недовірі до дитячих можливостей вирішувати «дорослі проблеми», що породжує небажання ділитись з учнями відповідальністю за конфліктні ситуації («Вони не зможуть упоратись, а нам за це все одно потім нести відповідальність, так краще ми самі все вирішимо!»).
- однією з проблем довгострокового існування програми є також забезпечення наступності координації програми з боку педпрацівників (в разі звільнення, або відмови існуючого координатора), та необхідність підтримувати цікавість учнів-медіаторів до участі у програмі як впродовж періоду становлення програми (коли кількість кейсів може бути незначною), так і під час її функціонування (коли, навпаки, діти можуть бути максимально задіяні у програмі).

Цінності медіації у структурі миротворчої освіти

Миротворча освіта (у іншому перекладі «освіта для миру») являє собою «парасольковий» термін для різних підходів, метою яких є популяризація та просування «культури миру». У найбільш загальному розуміння «культура миру» – це поєднання ціннісних установок, типів поведінки і способу життя, які забезпечуються дотриманням наступних принципів: повага до прав і свобод людини, гендерна рівність, ненасильство, переконання в тому, що війна не є базовою потребою людини; збереження планети в культурі миру; демократичні цінності діалогу, компроміс, обговорення, партнерства.

Значення миру для подальшого розвитку сучасного світу добре сформулював В. Г. Кремін у своїй роботі «Освіта як запорука миру: шлях до людини»: «По-перше, світ набув здатності для самознищення (або через термоядерну війну, або через екологічні катастрофи), і тому мир є запорукою існування людства... По-друге, на початку XXI ст. прогрес будь-якої країни передбачає тісну співпрацю. Тому мир є передумовою успішного розвитку кожної країни»[10, с.13-14]. Відповідно, розповсюдження цінностей мирного співіснування на всіх рівнях людської взаємодії – від міжособистісного до рівня взаємодії між країнами – стає однією з основних завдань сучасної освіти.

Поняття «миротворча освіта» є різнобічним й охоплює вивчення широкого кола питань, таких як: вивчення миру, соціальної справедливості, економічного добробуту (відповідаючи основним потребам), політичного життя країни (громадянство), ненасильства, шляхів вирішення конфліктів, роззброєння, прав людини і турботу про навколишнє середовище. Вона «спрямовується на розвиток миротворчих навичок (наприклад, діалог, взаємодія, посередництво). Вчителі прищеплюють школярам такі цінності, як повага, взаєморозуміння,

навчають навичкам аналізу міжнаціональних конфліктів, схем безпеки та використовують демократичні засоби педагогіки» [10, с. 93]. У розрізі конкретних теорій та підходів миротворча освіта включає в себе: «Концепції миру», «Трансформацію конфліктів», «Освіту з прав людини» «Громадянську освіту», «Інтеркультурну комунікацію», «Ненасильницьку комунікацію», «Різноманіття», «Протидію расизму та упередженням», «Соціально-емоційне та етичне навчання». Більш докладний огляд світових моделей та тенденцій реалізації миротворчої освіти ви можете знайти у статті О. Матвієнко «Освіта для миру» [10, с. 92-98].

Вітчизняною проекцією принципів миротворчої освіти можна вважати затверджену у 2016 році Концепцію Нової української школи (НУШ), в основу якої покладена «педагогіка партнерства», яка ґрунтується на спілкуванні, взаємодії та співпраці між учителем, учнем і батьками, котрі «об'єднані спільними цілями та прагненнями, є добровільними та зацікавленими односторонніми, рівноправними учасниками освітнього процесу, відповідальними за результат», та базовими принципами якої є: «повага до особистості, доброзичливість і позитивне ставлення, довіра у відносинах, діалог – взаємодія – взаємоповага, розподілене лідерство (проактивність, право вибору і відповідальність за нього, горизонтальність зв'язків); принципи соціального партнерства (рівність сторін, добровільність прийняття зобов'язань, обов'язкове виконання домовленостей)» [9, с. 14].

Підкреслимо, що в усіх варіантах розуміння миротворчої освіти одне з головних місць займають технології вирішення та трансформації конфліктів, серед яких базове місце займає медіація, принципи функціонування якої базуються на схожому наборі цінностей. Як кажуть автори трансформативної моделі медіації Роберт Буш та Джозеф Фолджер: «Вибір будь-якого підходу до медіації означає вибір певного набору цінностей» [1, с. 208].

Нагадаємо, що медіація загалом, та медіація у школі зокрема, засновані на таких *базових принципах та цінностях*:

1. Принцип прийняття іншої людини. Інша людина є іншою, інакшою. І це є цінним.
2. У кожного є своя правда, своє бачення. І це є цінним.
3. Кожна людина має право на реалізацію своїх інтересів.
4. Кожна людина кращий експерт своєї ситуації і краще знає, що їй потрібно.
5. Медіація заснована на рівності сторін. Медіація дозволяє конфлікуючим сторонам стати «партнерами по конфлікту».
6. Медіація орієнтована на майбутнє – ситуація зараз така яка вона є, що можна зробити, щоб вона змінилася в майбутньому?
7. В конфлікті у кожного є своя міра провини в тому, що ця ситуація трапилася, тому медіація не виділяє винуватих і міру винності. Людина сама несе відповідальність за те, як вона вийде із ситуації.
8. Медіація не шукає винних. Медіація заснована на співробітництві, тільки разом, зрозумівши один одного, люди можуть прийняти рішення, яке влаштує їх обох. Медіація рухається із логіки «зроби ти» в логіку «що я можу зробити».
9. Медіація заснована на ненасильстві, у медіації не працює ні сила фізична, ні сила авторитету. Медіація екологічна, тому що забезпечує безпеку кожному, хто в ній бере участь [12, с. 28].

Таким чином принципи медіації акумулюють у собі: а) класичні демократичні цінності, такі як свобода особистості та рівноправність та інші; б) цінності «культури миру», такі як ненасилля, повага, толерантності, взаєморозуміння та здатність до діалогу; в) цінності «педагогіки партнерства» – повага до особистості, довіра у відносинах, цінність діалогу, право вибору і відповідальність за нього, рівність сторін, добровільність прийняття зобов'язань, обов'язкове виконання домовленостей. Крім того в медіації все це поєднується з цінністю збереження взаємовідносин та спрямованістю на майбутнє. Важливим є й те, що медіаційна технологія має *ефект самонавчання* учасників – люди, які пройшли медіацію, набувають позитивний досвід вирішення своїх проблем на базі вищезазначених цінностей, та надалі використовують медіаційні підходи у вирішенні своїх суперечок і поза процедурою медіації. Таким чином через практику вирішення конфліктів фактично відбувається засвоєння цінностей побудови миру.

Зазначимо, що двадцятип'ятирічний досвід впровадження медіації в нашій країні демонструє те, що засвоєння цінностей мирного співіснування необхідно розпочинати якомога раніше. Саме тому практично усі організації, які займалися та займаються розвитком медіації в Україні приділяють велику увагу впровадженню цієї технології саме у шкільному середовищі. Крім того, медіація має і *системний вплив*: «Будучи визнаним інструментом розвитку громадянського суспільства та демократії в цілому, медіація і в системі школи запускає механізми перебудови, сприяючи змінам: 1) рольової системи, в яку включаються також норми і статуси; 2) цінностей, установок, інтересів учасників навчально-виховного процесу; 3) звичаїв і традицій, правил поведінки» [3, с. 324]. Вона також створює умови для подолання агресивних, асоціальних проявів в шкільному середовищі, формуючи здорову та безпечну атмосферу; розвиває готовність учасників освітнього процесу, незалежно від їх статусу, приймати на себе відповідальність за свої дії, що сприяє зрілості шкільної спільноти, забезпечує саморегуляцію системи внутрішньошкільних відносин і стимулює розвиток учнівського самоврядування. Тобто медіація є ефективним засобом впровадження тих ціннісних орієнтирів, які покладені в основу реалізації концепції Нової української школи.

Знайомство з медіаційними техніками

З практичної точки зору цінність медіаційного підходу полягає у поєднанні в рамках однієї технології кількох важливих компонентів, кожен з яких сам по собі є ефективним засобом встановлення взаєморозуміння в процесі переговорів не тільки між сторонами конфлікту, але і у інших ситуаціях, які потребують чіткого донесення інформації до співрозмовника.

Розглянемо складові медіаційної технології з огляду на універсальність їх використання. До складу професійних навичок медіатора входять: *нейтральна професійна позиція*, яка базується на певній системі цінностей, специфічному розумінні природи виникнення конфлікту, нейтральному ставленні до його учасників та здатності зайняти відсторонену позицію при посередництві у конфліктній ситуації; *комунікативна складова*, що містить у собі навички активного слухання, вміння спілкуватись «нейтральною» мовою та навички роботи з емоціями іншої людини.

Складові медіаційних компетенцій можуть стати у нагоді вчителю, як у педагогічних ситуаціях, так і при розв'язанні різноманітних конфліктів у полі професійної діяльності та у особистому житті. Так, притаманне медіації розуміння природи виникнення конфлікту, як «зіткнення інтересів чи боротьби за розподіл обмеженого ресурсу» надає можливість прогнозувати виникнення «зони напруги», та, наприклад, надає змогу попередити виникнення конфліктів ще на етапі розподілу посадових обов'язків та обсягу повноважень між підлеглими чи колегами.

Прийом переведення розмови з «позицій» (те, що людина вимагає) на «інтереси» (те, що їй дійсно потрібно) не тільки дозволяє краще зрозуміти потреби людини, яка до вас звертається, але, наприклад, і краще розібратися у власних вимогах до вчителя чи адміністрації батькам дитини, які звернулись з якоюсь претензією. А як відомо, більш чітке розуміння вимог тягне за собою можливість їхнього кращого задоволення.

Класики переговорів Фішер і Юрі пропонують цікаву ідею, яка полягає в тому, що, потрапивши в глухий кут, слід «вийти на балкон». Це нагадує стару пораду «поставити себе на місце іншого», однак тут є ще один елемент. Зі свого «уявного балкону» слід поглянути вниз на обидві сторони переговорів, чи на саму проблему [13].

Ще одним важливим прийомом з кошика медіаторів є те, що під час медіації учасники не намагаються розібратись з глибинними причинами конфлікту, а більше зосереджуються на проблемі виходу з ситуації, яка склалась, відповідно до принципу: «менше про минуле, більше про конкретне актуальне вирішення конфлікту». З нашого досвіду такий підхід є дієвим також й при розв'язанні проблем, пов'язаних із ситуаціями вибору та прийняття рішень. Так, погляд у перспективу розвитку проблемного питання часто полегшує та прискорює процес прийняття важких чи «непопулярних» рішень, а роз'яснення реальних наслідків та термінів розв'язання проблеми значною мірою підвищує креативність пошуку шляхів її вирішення.

У повсякденній роботі будь-якого керівника, включно з директором школи, існує ряд проблем, які тісно пов'язані з ефективністю їхньої комунікації. До речі, теж саме стосується і «зовнішньої» комунікації рядового вчителя, наприклад з батьками учня. Успішність роботи з відвідувачами базується на умінні встановити контакт, зрозуміти суть проблеми людини, та роз'яснити їй послідовність дій, необхідних для її вирішення. Окрему проблему складає також необхідність у відмові або переадресуванні відвідувача таким чином, щоб у людини не склалося враження, що її «футболять», що, в свою чергу, може призвести до подання відповідних скарг та виникнення різного роду конфліктних ситуацій. У керівників повсякчасно виникає також необхідність донести інформацію по всій вертикалі підлеглих без викривлень та отримати якісний зворотній зв'язок. При цьому слід пам'ятати, що саме порушення спілкування є передумовою виникнення конфліктів.

Нагадаємо, що до *прийомів ефективної комунікації* відносять, крім невербального спілкування (міміки, інтонацій, постви, дистанції, пантоміміки тощо.), навички перефразування, резюмування, «Я-повідомлення» та роботу з емоціями (більш докладно див. [2]).

Перефразовування («техніка-відлуння»). Ця техніка полягає в тому, щоб повторити, подібно відлунню, висловлені партнером думки й почуття і показати, що ви слухаєте та розумієте, що вам говорять, щоб дати зрозуміти співрозмовнику, що ви схоплюєте значення його слів, ви можете повторювати його основні ідеї, поняття тощо, виділяючи голосом головні факти. Зазвичай таке відтворення сказаного ним передує словами на кшталт:

- *Якщо я вас правильно зрозумів, ви кажете, що ...*
- *Так ви сказали, що ...*

Головна «технічна» мета перефразування – уточнення інформації. Перефразовуючи, ми допомагаємо співрозмовнику почути його висловлювання з боку, можливо, помітити в ньому помилки, більш чітко усвідомити і сформулювати свої думки. Крім того, використовуючи «техніку-відлуння», ми викроюємо час на обдумування, що особливо важливо в ситуаціях, коли не відразу можна знайти, що сказати.

Розвиток ідеї – логічний висновок зі слів відвідувача або висування пропозиції щодо причин висловлювання:

- *Якщо виходити з того, що ви сказали, то ...*
- *Ви так вважаєте, мабуть, тому, що ...*

Цю техніку часто плутають з попередньою, але вона принципово відрізняється від «відлуння» наявністю елемента інтерпретації. «Розвиток ідеї» володіє багатьма перевагами: дозволяє уточнити зміст сказаного, швидко просунути вперед у бесіді, дає можливість отримати інформацію без прямих запитань, проте потрібно пам'ятати про небезпеку зробити неправильний висновок з висловлювання партнера, що може ускладнити перебіг переговорів.

Резюме. Ми відтворюємо ряд висловлювань партнера в скороченому, узагальненому вигляді, коротко формулюючи найсуттєвіше в них:

- *Вашими основними труднощами, як я зрозумів, є ...*
- *Отже, ви б хотіли ...*

Резюмування допомагає при обговоренні, розгляді претензій, коли необхідно вирішити будь-які проблеми, щоб узагальнити всі факти, ідеї, поняття тощо. Щоб створити основу для подальшого обговорення, щоб зробити огляд того, що було сказано, ви можете повторювати те, що ваш співрозмовник вже сказав, співпереживати й узагальнювати його основні думки і почуття. Це особливо ефективно, якщо обговорення затяглося, йде по колу або виявилось в глухому куті. Резюмування може бути дієвим і не образливим способом закінчити розмову із занадто балакучим партнером.

Розпитування. Стосується прямого запиту на інформацію, не настільки безпосередньо прив'язаного до попередніх висловлювань співрозмовника. У цьому є багато переваг, але в той же час і значний ризик порушити контакт, не отримати щирої відповіді. Саме тому техніки активного слухання, що містять непрямий запит на інформацію, нерідко дозволяють отримати більш правдиві й повні відомості.

Окремою важливою навичкою є робота з емоціями, яка у медіації займає важливе місце, оскільки «медіатор працює і з предметом конфлікту, і з супроводжуваними його емоціями, так як без їх виходу сторонам вкрай складно знайти взаємоприйнятне рішення проблеми». Самі ж прийоми роботи з емоціями є універсальними та складаються із: прямих запитань щодо почуттів, називання емоційного стану чи емоції, визначення емоції за невербальними ознаками, «нейтрального» перефразування емоційно-заряджених висловлювань, підкреслення значущості вираження свого емоційного стану. Зазначимо, що заспокійливу дію на співрозмовника мають також перефразування та «Я-висловлювання».

Повідомлення про сприйняття іншого («відображення почуттів»). Ми повідомляємо партнера, як ми сприймаємо його емоційний стан в даний момент, наприклад:

- *Мені здається, вас це дуже засмучує.*
- *Вас щось бентежить у моєму реченні?*

Важливо не стверджувати, що наш співрозмовник переживає ті чи інші почуття, а говорити про свої враження, припущення. Щоб правильно сприйняти почуття співрозмовника, необхідно звертати увагу не тільки на слова, але і на його поведінку, вміти поставити себе на його місце, спробувати зрозуміти загальний зміст бесіди, щоб показати співрозмовнику, що ви слухаєте його і співпереживаєте, дати йому знати, що ви дійсно розумієте його почуття і переживання, ви можете конкретизувати те, що він відчуває і переживає. Звичайно «відображення почуттів» має бути максимально делікатним і ввічливим, інакше може виникнути додаткове непорозуміння.

Повідомлення про власне самопочуття. Ми повідомляємо партнера, як ми відчуваємо себе в даній ситуації, наприклад:

- *Мені шкода, що все так склалося.*
- *Мені дуже прикро це чути.*
- *Я дуже радий, що наші переговори просунулися. . .*

Інформування партнера про свій власний стан нерідко корисно, особливо в емоційно-напружених ситуаціях. Це дозволяє подолати сухість і формальність спілкування, сприяє відновленню емоційного контакту в складних переговорах. Навіть якщо ми говоримо про свої негативні почуття, це може схилити до нас співрозмовника, оскільки покаже нашу чесність, відсутність лицемірства і висловить прямо те, що все одно відчувалося і давило на нас обох.

Повідомлення про власне самопочуття – це один із прийомів метакомунікації – комунікації (спілкування) з приводу того, як відбувається спілкування. Звертатися до такого прийому особливо корисно при неузгодженості стилів спілкування – наприклад, коли співрозмовник здається не дуже тонким і чутливим і легко може зачепити нас, не помітивши цього.

До технік, які включають у себе повідомлення про власне самопочуття можна віднести «Я-висловлювання», яке дозволяє висловити свої почуття, роздуми з приводу того, що відбувається у формі більш прийнятної для співрозмовника, особливо, якщо ви відчуваєте щось негативне через те, що співрозмовником було сказано або зроблено. Ця техніка дає можливість нам висловитися про важливе і болюче для нас, але так, що це знижує прагнення іншого захищатися від почуття провини або тиску. Нижче ми наводимо приклад «формули» за якою краще побудувати «Я-висловлювання»:

«Я почуваю..... (називаємо емоцію), коли(описуємо факт або подію), тому що (називаємо причину, що це для вас означає). Чи не могли б ми домовитись на майбутнє (описуємо бажані зміни чи розвиток ситуації)».

Слід зазначити, що усі з вищеперерахованих засобів є широко відомими поза межами медіаційної технології. Крім того, слід наголосити, що у багатьох випадках вчитель-предметник як фахівець своєї справи повинен виконувати у спілкуванні фактично функцію «перекладача» з побутової мови на професійну. При цьому, самим майбутнім вчителям далеко не завжди роз'яснюють під час навчання, що такий «переклад» є однією з їхніх фахових функцій, яка допомагає значно пришвидшити їхню роботу, не дивлячись на те, що суб'єктивно у них часто у подібних ситуаціях виникає відчуття «марної трати часу».

З боку керівництва школи ефективність застосування перерахованих вище комунікаційних технологій добре ілюструє проблема «складних» співрозмовників – осіб, які багаторазово приходять з однотипними запитаннями, незрозуміло їх формулюють, а в разі відмови пишуть скарги у відповідні органи. В результаті, представники адміністрації починають використовувати по відношенню до таких відвідувачів стратегію уникання, що лише ускладнює конфліктну ситуацію. Між тим, у практиці навчання маємо досить прикладів того, як після засвоєння елементарних навичок ефективної комунікації у представників різних спеціальностей успішно вирішувались ситуації саме зі «скандалістами», які після того, як їх уважно та професійно вислухали, не тільки змогли вирішити власні проблеми, але і з вдячністю ставились до вчорашніх опонентів.

Підсумовуючи, можемо сказати, що оскільки впровадження медіаційної технології має практичне значення для поліпшення взаєморозуміння та прищеплення культури миру та діалогу в цілому у суспільстві, має сенс не обмежуватись впровадженням медіації тільки у школі, а навчати та ознайомлювати з медіаційним технологіям якомога більше коло фахівців у сфері освіти, які можуть суттєво впливати на швидке розповсюдження медіаційних технологій у суспільстві.

Тим, хто зацікавився можливістю впровадження медіації у школу можемо поради звертатись до Національної асоціації медіаторів України (<http://namu.com.ua>), Інституту миру та порозуміння (<https://www.facebook.com/NGO.IPCG/>), Одеської обласної групи медіації (<https://www.facebook.com/OdessaGroupMediation>), Ольга Дацко, тренерка Програми «Демократична школа», медіаторка, (<https://www.facebook.com/odatsko1/>).

У нижче наведеному списку використаної літератури присутні основні вітчизняні видання з тематики історії розвитку та технології впровадження шкільної медіації.

Список використаних джерел

1. Буш Роберт А. Бэрок, Фолджер Джозеф П. Что может медиация. Трансформативный подход к конфликту. – Пер. с англ. – К.: Издатель Захарченко В.А., 2007. – 264 с.
2. Від співпраці до примирення: посібник для лідерів громадянського суспільства / Під загальною редакцією Смірнова О.К. Автори-упорядники: Араджионі М.А., Брунова-Калісецька І.В., Гусев А.І., Терещенко І.Г., Тищенко Ю.А. – Київ: Видавництво ЧП “Золоті Ворота”, 2015 р. – 207 с.
3. Збірка статей «5 років діалогу і 25 років медіації в Україні: від протистояння до порозуміння» [редактори-укладачі: А. Гусев, К. Гусева, Г. Похмелкіна. За заг. ред. І. Терещенко] – К.: ВАІТЕ, 2019. – 340 с.
4. Зер, Говард. Зміна об’єктива: новий погляд на злочин та правосуддя / пер. з англ. М. Яковлева // Г. Зер. – К.: Унів. Вид-во „Пulsари”, 2004. – 224 с.
5. Коваль Роман, Горова Альона, Нікітчук Анна, Микитюк Оксана, Ліхоліт Юлія, Шкільна служба розв’язання конфліктів: досвід упровадження. Посібник. – К.: Видавець Захарченко В.О., 2009. – 168 с.
6. Коэн Р. Медиация ровесников в школе: школьники разрешают конфликт / Р. Коэн. – Одесса: 2001. – 202 с.
7. Комплект освітніх програм «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Базові навички медіації». – К. – 2018. – 140 с.
8. Лампен Диана и Джон. Введение и курс тренинга «Медиация ровесников» / Диана и Джон Лампен. – Одесса.: ООГМ, Норе Project. – 2001. – 54 с.
9. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. К, 2016. – 40 с. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
10. Освіта для миру = Edukacja dla pokoju: зб. наук. пр.: у 2 т. / редкол.: Кремень В.Г. (голова); Коцур В.П., Ничкало Н.Г., Шльосек Ф. (заст. голови); Довгий С.О., Лук’янова Л.Б., Вовк М.П., Котун К.В. (члени редколегії). – К.: Вид-во ТОВ «Юрка Любченка», 2019. – Т.1. – 720 с.
11. Праніс Кей, Стюарт Баррі, Уедж Марк, Кола примирення. Від злочину до повернення в громаду. – пер. з англ. – К.: Видавець Захарченко В.О., 2008. – 272 с.
12. Терещенко И.Г., Гусева А.В., Гусев А.И. Медиация в школе: украинский опыт внедрения / И.Г. Терещенко. А.В. Гусева, А.И. Гусев. Информационно-исследовательский центр «Интеграция и развитие» . – К.: Золотые ворота, 2013. – 150 с.
13. Фишер Р., Юри У., Паттон Б. Переговоры без поражения. Гарвардский метод / Роджер Фишер, Уильям Юри, Брюс Паттон; [пер. с англ. Т. Новиковой]. – М.: Эксмо, 2007. – 320 с.

Амбасадори миру – спільнота, яка виросла зі звичайного навчання та поступово перетворилася на потужну мережу педагогів-миротворців

Ганна Борова

спеціалістка з питань соціальної єдності Програми ООН із відновлення та розбудови миру (UN RPP). Експертка та координатора міжнародних проєктів допомоги в Луганській та Донецькій областях USAID, DFID, GIZ та останні 12 років – UNDP. Авторка та координаторка новітніх експериментів розвитку, таких як: «Геоінформаційна система моніторингу, аналізу та вирішення конфліктів», «Амбасадори Миру», «Просвітницькі лабораторії: толерантності, зняття стереотипів, трансформації конфліктів, інновацій» та інших

Хто такі Амбасадори миру? Як вони працюють та звідки з'явилися? Ці питання турбують соціально активну громадськість і зараз. Але, в цій статті я розкажу трошки історії питання та про послідовні дії педагогів-амбасадорів миротворчої просвітницької діяльності в Донецькій та Луганській областях.



Як звісно, з моменту появи в Україні територій, що постраждали від конфлікту на сході України, в Донецькій та Луганській областях працює Програма ООН із відновлення та розбудови миру, яку реалізують чотири агентства ООН: Програма розвитку ООН (ПРООН), Структура ООН з питань гендерної рівності та розширення прав і можливостей жінок (ООН Жінки), Фонд ООН у галузі народонаселення (UNFPA) і Продовольча та сільськогосподарська організація ООН (ФАО). Програму підтримують тринадцять міжнародних партнерів: Європейський Союз (ЄС), Європейський інвестиційний банк (ЄІБ), Посольство США в Україні, а також уряди Великої Британії, Данії, Канади, Нідерландів, Німеччини, Норвегії, Польщі, Швейцарії, Швеції та Японії.

Програма працює за трьома великими напрямками, у тому числі щодо громадської безпеки та соціальної згуртованості. Саме за цим напрямком роботи і розробляються та реалізуються різноманітні активності партнерами, які вчать будувати толерантне не конфліктне суспільство, у якому індивід поважає думку кожної людини та прагне змін демократичними шляхами, разом із активними педагогами та громадськими діями, які працюють із молоддю та студентами навчальних закладів різного рівня.

Нагадаємо, що термін «соціальна згуртованість» ємко визначено Радою Європи:

«Соціальна згуртованість – це здатність суспільства забезпечити благополуччя всіх своїх членів, мінімізувати нерівність і уникнути поляризації. Згуртоване суспільство є взаємодоповнюючим співтовариством вільних осіб, які реалізують спільні цілі демократичними засобами».



Відтоді, коли цей термін так ємко охоплює під собою весь спектр питань, в тому числі пов'язаних із вміннями та специфічними навичками кожної людини зокрема жити та працювати в умовах конфліктної середовища, і за допомоги Програми ООН із відновлення та розбудови миру і почали на сході України розроблятися та впроваджуватися в життя такі комплексні навчання, як наприклад «Школа Амбасадорів Миру», яка започаткована з 2018 року спільно з ГО «Донецький молодіжний дебатний центр» та лідеркою цієї організації – пані Ольгою Донець.

Вона складалася із двох навчальних блоків, за підсумками яких і були підготовлені 25 тренерів з Донецької та Луганської області в якості “амбасадорів миру”, посилено їх компетенції з питань трансформації конфліктів, ненасильницького спілкування, побудови діалогів. Та надані інструменти та методологію миротворців, пов'язаних з трансформацією конфліктів, освітою в галузі прав людини, міжкультурного діалогу. Після 5-ти денної Школи влітку, ці люди, в основному активні педагоги шкіл двох областей, підготували аналогічні власні навчальні програми, адаптовані для учнів різного віку, і вже незабаром поїхали проводити свої власні тренінги на тему “Налагодження діалогів: молодь за мир в громадах”, якими вже восени охопити щонайменше 500 осіб.

Програма була на стільки успішною за оцінками слухачів та попитом тих, хто хотів запросити Амбасадорів для проведення заходів у школах, що її повторили ще раз в 2019 році і загалом охопили 73 особи.

А станом на кінець 2020 року, амбасадори власними заходами з молоддю та однодумцями-педагогами вже провели більш ніж 300 власних заходів для більш ніж 5 000 осіб. Вони щороку запроваджують власні амбасадорські акції та специфічні заходи до Міжнародного Дня Миру (21 вересня), до яких залучається все більше та більше людей, щоб висловити своє прагнення до миру і справедливості, про що, до речі, йдеться і в Цілі.16 «Мир та справедливість».

Усього цілей сталого розвитку (ЦСР) сімнадцять, які ще називають “Глобальними цілями” – це загальний заклик до дій, спрямованих на те, щоб покінчити з бідністю, захистити планету і забезпечити мир і процвітання для всі людей у світі. Україна, як і інші країни-члени ООН, приєдналася до глобального процесу забезпечення сталого розвитку. Для встановлення стратегічних рамок національного розвитку України на період до 2030 року на засадах «Нікого не залишити осторонь» було започатковано інклюзивний процес адаптації Цілей сталого розвитку.

Кожну глобальну ціль було розглянуто з урахуванням специфіки національного розвитку. Протягом 2016-го року в Україні було проведено низку національних (4) та регіональних (10) консультацій. За результатами консультацій можна зробити висновок, що національні ЦСР слугуватимуть основою для інтеграції зусиль, спрямованих на забезпечення економічного зростання, соціальної справедливості та раціонального природокористування.



До речі, одним із методів знайомства з групою на своїх заходах, Амбасадори використовують гру «Світ без обмежень» – фактично це набір ЦСР-головоломок з QR-кодами, які і відсилають до інформації про ЦСР та тоді по черзі, хто збирає відповідний кубик-головоломку ЦСР, той і починає (або продовжує) знайомство шляхом свого представлення, під час якого, з урахуванням вивченої інформації про конкретну ЦСР, і розповідає, яким чином виконує (або може виконати) та вчинити відповідні дії для впровадження в життя ЦСР, враховуючи власне повсякденне життя та свій власний звичайний побут. Слід зазначити, що сам комплект гри народився під час зустріч спільнот-партнерів Програми ООН, апробувався на амбасадорських навчаннях та і зараз виробляється компанією «3D.Farm» разом із ГО «Центр розвитку майбутнього» з міста Краматорськ Донецької області.

Таким чином, історія навчання у Школі Амбасадорів Миру фактично стала поштовхом до подальшого розповсюдження цілої мережі соціально-активних педагогів, які:

- стали тренерами та тренерками (вчителями та вчительками, викладачами та викладачками) з питань трансформації конфліктів, ненасильницького спілкування, побудови діалогів; отримають інструменти та методологію миротворців, пов'язаних з трансформацією конфліктів, освітою в галузі прав людини, міжкультурного діалогу;
- продовжили підвищувати рівень обізнаності молоді та інших вчителів загальноосвітніх шкіл та викладачів ВНЗ, ПНЗ з зазначених питань та підвищувати таким чином рівень толерантності, взаємоповаги серед загальноосвітніх шкіл, закладів професійної освіти та вишів;

- учасники розробили власні тренінгові програми “амбасадів миру” для використання не тільки у власних навчальних закладах, а методику миротворення адаптували до сучасних вимог та стали передавати через практичні навички іншим для подальшого заведення в просвітницьку діяльність безконфліктного спілкування в навчальних закладах різних рівнів.
- тепер не менш 3000 осіб щорічно підвищують рівень обізнаності та рівень
- толерантності, взаємоповаги для життя, навчання та роботи в кризовому оточенні.



Учасники амбасадорських навчань так здружилися під час заходів, що об’єдналися на підставі загальних цінностей в окрему мережу та створили в 2020 році власну громадську організацію «Амбасадори миру». І без того міцну соціальну єдність цієї спільноти підсилив і новий виклик щодо ситуації з COVID, але знов на допомогу мережі Амбасадорів миру прийшла Програма ООН із відновлення та розбудови миру, спеціалісти та керівництво якої одразу відреагували на потреби мережі, і самі амбасадори за власним бажанням одразу:

- підвищили свої знання щодо використання онлайн-інструментів за спеціально організованим для них навчанням;
- перейшли на роботу в новітніх онлайн-ресурсах та періодично збираються для обговорення власних інструментів, ініціатив та підвищують далі власні навички онлайн-тренерства та щодо роботи з темами «миротворчість», «конфлікти», «неконфліктне спілкування», «розвиток аргументованої мови та дебатна майстерність», «толерантність», «права людини», «гендерні підходи», «інклюзія у всіх сферах життя», періодично висвітлюють свою діяльність на власних сторінках амбасадорської спільноти сайту «Громадськість Донеччини та Луганщини» www.ndo.lg.ua та ін.;

- перенесли свої амбасадорські заходи спочатку в вуличний формат роботи зі спеціальним мобільним обладнанням, а пізніше і в суто онлайн-формат, розробили спеціальний захід-просвітницьку компанію під назвою «Лабораторія Амбасадори миру: трансформація конфліктів», який і зараз користується попитом і в дорослих, і в дітей;
- налагодили професійну зв'язок з іншими «лабораторіями» Програми ООН та підтримую Телеграм канал під назвою «Tolerance LAB/UN RPP». Наприклад з «Лабораторією толерантності», яку ведуть молоді методисти ЧНУ ім. В. Даля, що фактично перетворилось на «діалог поколінь», передачу досвіду роботи тренерок з числа молоді університету більш дорослим людям – педагогам шкіл, для організації більш цікавих заходів за допомоги онлайн-інструментів;
- працюють над власною публікацією – «Посібник Амбасадорів миру».

Тому, робимо висновок, що колись вдало розроблене та організоване навчання у 2018 році під назвою «Школа Амбасадорів Миру» для її учасників фактично у 2020 році перетворилося на потужну спільноту практиків-педагогів – «Амбасадори миру», яка несе мир та справедливість навколо, набуває сталості та становиться все більш та більш затребуваною громадськістю, допомагає формувати майбутнє толерантне суспільство, де обов'язково поважатимуть думку кожного, дотримуватимуться права людини, а цілі соціально поєднаних спільними цінностями спільнот – досягатимуться мирними демократичними кроками.

Та, якщо, Ви побачити бузковий колір та десь в руках людини, можливо поруч або на малюнку, зображення восьминого (можливо у вигляді брелока-посвідчення), знайте, Ви зустріли Амбасадора миру, бо вони обрали такий собі брендований стиль, а значить і мир навколо одразу стане краще.



Якщо Вас зацікавив цей матеріал, Ви хочете стати частиною руху Амбасадорів Миру, то саме Ви можете:

- знайти спільноту Амбасадорів на сайті www.ndo.lg.ua в розділі «Мережа Амбасадорів миру» та шляхом натискання на карту перейти на сторінку кожного амбасадора, щоб переглянути, чим конкретно він займається;
- амбасадорська мережа представлена в окремій групі під назвою «Школа амбасадорів миру un rpp» на Facebook і за специфічним хештегом [#ambassadorsoftpeace_unrpp](https://www.facebook.com/ambassadorsoftpeace_unrpp/) можна знайти інформацію та зв'язатися через цю соціальну мережу в разі зацікавленості з будь-яких питань;
- на вищевказаному ресурсі в розділі «Оголошення» періодично публікуються інформація про набори до Школи Амбасадорів та різноманітні амбасадорські заходи, частиною яких може стати кожний. Треба тільки слідкувати за оголошеннями, або підписатися на Телеграм канал розсилки повідомлень цієї веб-платформи;
- всі запитання та пропозиції можна відправляти на офіційну електронну адресу ГО «Амбасадори миру» ambassadorsoftpeace2020@gmail.com, а практичний посібник «Амбасадори Миру: методи і практики», що розкривають питання підвищення рівня соціальної єдності між молодими і дорослими соціально активними людьми та є фактично впровадженням миротворчості в освітній процес з рекомендаціями та вправами шукайте в розділі «Статті» веб-платформи www.ndo.lg.ua;
- залучити Амбасадора миру до проведення власних навчальних програм, або запросити Амбасадорів провести захід, наприклад «Лабораторія трансформації конфліктів» та залучитись після цього до окремого Телеграм каналу спільноти учасників просвітницьких лабораторій,

все це можна зробити, щоб підвищити власні компетенції за допомогою цієї спільноти та її заходів, а також організувати спільні події задля підтримки та розвитку миротворчої діяльності в Україні.

Teach Peace!
Миротворча Освіта
для Нової Української Школи

Збірка статей

Підписано до друку 05.02.2021.
Формат 60×84/8. Гарнітура Calibri.
Умов. друк. арк. 11,63.
Тираж 200 прим. Зам. № 21/1-3.

Верстка та друк ФОП Ланковська Г. Г.
тел.: +38 (044) 568-02-98, e-mail: office@enterprint.com.ua
www.enterprint.com.ua
Свідоцтво №20670000000177341 від 13.11.2019

