**Круг «Жизнь без конфликтов»**

**18.12.2020, 5 человек**

1. **Вступление.**

Хранитель: Как себя чувствуете, ребята? Какое у вас настроение?

1. **Правила Круга.**

Собрались с вами на «Круг», чтобы поговорить на тему «Жизнь без конфликтов».

Но прежде, чем начать, напомню правила круга.

* уважать символа слова;
* говорить искренне, от всего сердца;
* говорить с уважением;
* слушать с уважением;
* оставаться в Круге до его завершения;
* соблюдать конфиденциальность;
* высказываться по очереди, иметь свою позицию и право ее высказать, не проявлять агрессии, одинаково быть выслушанными;
* ход можно пропустить, но высказаться позже;
* во время разговора не оскорблять друг друга;
* не перебивать друг друга, говорить по очереди;
* у хранителя есть преимущественное право задавать вопросы;
* право говорить предоставляет хранитель;
* если кто-то будет нарушать правила, хранитель напомнит фразу

«Мы помним о правилах» и не будет реагировать на сказанное, пока не выслушает того ребенка, которому задал вопрос.

1. **Ритуал открытия Круга:**

«Встанем, возьмемся за руки так, чтобы правая ладонь каждого участника была повернута вниз – «к земле», то есть «давала», а левая – вверх, «к солнцу», то есть «принимала». Это замкнутый круг, где энергия каждого передается по кругу и образует единство.

1. **Выбор символа круга.**

Символ слова всегда передается по часовой стрелке, чтобы исключить споры и перепалки между участниками и дать каждому возможность и время обдумать произошедшее и высказать свое мнение.

**Раунд 1.** Вопрос. Вспомни ситуацию, когда ты с кем-либо конфликтовал, расскажи, что ты чувствовал. Кому был причинен вред?

1. Невыполнение служебных обязанностей (раздражение, ярость, стресс);
2. Распространение слухов (неприятно);
3. Конфликт с родителями из-за стрижки, покраски волос (обида);
4. Конфликт с родителями из-за стрижки, покраски волос (протест);
5. Ситуации с мамой, неуважение собственного мнения (протест);
6. Ситуация с другом: присвоение им скейта (обида, злость).

**Раунд 2.** Вопрос. Можно ли жить без конфликтов?

1. Нельзя, потому что они нас учат делать выводы;
2. Нельзя;
3. Нет;
4. Нет, т.к. разные у всех характеры;
5. Нельзя;
6. Нельзя, без них скучно;
7. Нет, потому что существуют разные точки зрения.

**Раунд 3.** Вопрос. Что я могу предпринять, чтобы не довести ситуацию до конфликта?

1. Проявить сдержанность;
2. Говорить ровным, спокойным голосом;
3. Внимательно выслушать другого человека;
4. Не оскорблять;
5. До конца разобраться в ситуации;
6. Поставить себя на место конфликтующей стороны;
7. Выслушать обе стороны;
8. Уйти от конфликта;
9. Избежать конфликта;
10. Попытаться помириться;
11. Промолчать;
12. «Забить».

**Раунд 4. Обсуждение, подведение итогов сказанного.**

1. Понравилось, откровенно;
2. Искренно, весело, понравилось;
3. Понравилось, откровенно;
4. Хорошо, понравилось;
5. Понравилось, откровенно.

Обменяемся мыслями о прошедшем Круге.

Когда символ слова обошел Круг и вернулся к Хранителю, он может запустить еще один раунд обсуждения, подвести итог сказанного, поднять другие вопросы, о которых говорили участники, передать символ слова другому участнику для начала нового раунда Круга, либо поместить символ слова в центр Круга, чтобы его мог взять любой участник, который захочет высказаться.

1. **Закрытие круга.**

Хранитель: Какое у вас сейчас настроение? Благодарю участников за вашу искренность и откровенность.

Все становятся так, как и во время ритуала открытия, просит участников взяться за руки так, чтобы правая ладонь каждого участника была повернута вниз – «к земле», то есть «давала», а левая – вверх, «к солнцу», то есть «принимала». Это замкнутый круг, где энергия каждого передается по кругу и образует единство.

|  |  |
| --- | --- |
| **Фаза** | **Действия** |
| 1. Создание основы для диалога | - приветствие участников Круга  - церемония открытия Круга  - раунд знакомства  - достижение договоренностей по правилам работы в Круге  - раунд личных историй  - благодарность присутствующим  - напоминание о цели Круга |
| 2. Обсуждение проблемной ситуации, интересов и намерений | - рассказы о переживаниях, проблемах, проблемной ситуации (может быть несколько раундов)  - определение проблем, интересов, намерений, надежд (может быть несколько раундов) |
| 3. Рассмотрение возможных вариантов выхода из проблемной ситуации и решение выявленных в ходе встречи проблем | - обсуждение возможных решений (может быть несколько раундов; хранитель и волонтеры создают условия для достижения консенсуса)  - подведение итогов обсуждения |
| 4. Достижение консенсуса или чувства общности | - определение пунктов соглашения или общей точки зрения - определение следующих шагов в нормализации отношений |
| 5. Закрытие - подведение итогов: соглашение/ следующие шаги | - завершающий обмен мыслями о встрече в Круге  - церемония закрытия |