

Модул Д: Превантивна и интегративна практика

Част Д1: Деца помагат на деца

Хелън Кауи и Доун Дженифър

Обединено Кралство

Цели на част Д1

- Осмисляне на стратегии за ангажиране на персонала с дейности, които да дадат възможност на децата и младите хора да си помагат едни на други в промотиране на ненасилието и намаляване на насилието
- Формиране на способност за мотивиране и подкрепа на персонала в изграждане на разбиране за главната роля, която играят младите хора в помощта едни на други чрез подкрепата от връстници в училищната общност
- Запознаване с редица подходи за справяне с често срещани 'спънки и пречки' пред този процес
- Усвояване на уменията, приложими при обучение на подкрепящи връстниците в училище.

Умения, които фасилитаторът ще развие чрез тази част

Знания и разбиране относно:

- как учениците се отнасят един към друг
- личните и социалните взаимоотношения на учениците, чието поведение създава безпокойство
- функционирането на училищните системи
- важността от създаването на подкрепяща и грижовна училищна общност
- как да се включват мненията на учениците относно решения, свързани с образованието им.

Личните качества и атрибути включват:

- умения за ефективна комуникация
- умения за ефективно обучение на младите хора
- емпатия към учениците, чието поведение създава безпокойство
- способност за убедителна защита на учениците – били те извършители, жертви, съучастници или свидетели на насилие в училището
- умение да се улеснява изказването и да се цени мнението на учениците относно образованието им

Литература за предварително четене

Cowie, H. Boardman, C., Dawkins, J., & Jennifer, D. (2004). *Emotional health and well-being: A practical guide for schools*. London: Sage Publications. (chapter 2.4 Case study of Llantwit Major School).

Cowie, H., & Wallace, P. (2000). *Peer support in action: From bystanding to standing by*. London: Sage Publications. (Chapter 1).

Peer Support Networker <http://www.peersupport.ukobservatory.com/>

Обобщение на съвременното мислене и знание относно подкрепата от връстници

По същество подкрепата от връстници касае обучаването на младежите с цел те да могат да помагат сами на себе си, а също и едни на други. Понастоящем общоприет факт е, че чрез прилагане на системата за подкрепа от връстници, силите и възможностите на младежите могат да бъдат впрегнати в обогатяване на техния собствен живот и живота на другите в тяхното училище, семейство и общност. Подкрепата от връстници в рамките на едно училище включва нарастването на чувството за безопасност и сигурност, а също така и създаването на рамка, в която самите ученици могат да поставят множество въпроси, като например тормоза, трудностите в едно приятелство, трудности в ученето, проблеми на прехода между началното и основното училище и конфликти с връстниците. Наличието на система за подкрепа на връстниците може коренно да подобри атмосферата в училище, тъй като културата на подкрепата на връстниците насърчава хората да споделят проблемите едни на други и да възприемат решаващ проблемите подход спрямо неизбежните трудности, които срещат в ежедневието си живот. Неведнъж училищата са установявали, че подкрепата от връстници води до подобряване на живота в едно училище, изразяващо се в по-добро поведение, по-приятна атмосфера, по-уважителни и приятелски взаимоотношения между персонал и ученици, а също и между връстници и по-голямо доверие за подкрепящите връстниците и за тези, които поемат ролята им.

Силната страна на подкрепата от връстниците е в това, че тя е в постоянен процес на промяна, тъй като младежите, заети с нея стават по-изобретателни и уверени в развиването на системите, в които са били обучени да участват. Едно важно скорошно развитие е да се упълномощат младежите да участват активно във важни решения, касаещи тяхната група връстници, например, чрез ангажиране в училищни съвети, младежки парламенти или други демократични системи. В този контекст философията на подкрепата от връстници е в унисон с принципите, заложи в Конвенцията на Организацията на обединените нации за правата на детето (United Nations, 1991). Тази конвенция постановява основните човешки права на децата навсякъде по света. Четирите най-важни принципа на конвенцията са: недискриминация; посвещаване на най-висшите интереси на детето; правото на живот, оцеляване и развитие и зачитане на мнението на детето. Най-висшият принцип, произтичащ от съвременните проучвания, е вслушване в гласа на детето. В същия дух ключова политика, иницирана от правителството на Обединеното Кралство е Бялата книга *Всяко дете е важно* (2004) и последващият Закон за децата (2005), който определя пет ключови сфери за подобряване живота на децата. Те постановяват, че всяко дете, независимо от произхода си и условията си на живот, трябва да има подкрепата, от която се нуждае 1, за да бъде здраво; 2, да живее на безопасно място; 3, да се радва и да постига успехи; 4, да дава положителен принос и 5, да постига икономическо благополучие.

Системите за подкрепа на връстниците спомагат по различни начини за практическото приложение на тези принципи в училищата. В унисон с тези стремежи много учители, които координират системите за подкрепа на връстниците, насърчават подкрепящите връстниците да играят активна роля в направляването на проектите чрез, например критикуване и наблюдаване на тяхната ефективност. Всъщност, налице са доказателства, че управлението на системите за подкрепа на връстниците от младежи може да бъде важен катализатор за промяна (Cowie, Naylor, Talamelli, Chaunan, & Smith, 2002) чрез идентифициране на нови форми на тормоз (например, когато тормозещите използват текстови послания за сплашване на другите), чрез изнамиране на нови подходи за борба с такова поведение (например, чрез разпространяване информацията относно тези нови форми с цел да се помогне на потърпевшите връстници) и чрез промяна в логистиката на подкрепата от връстници (например, чрез използване доказателства от системното оценяване на службите за деца, за да се замени подхода, основан на съветване с подход на сприятеляване). Възможността да бъдеш подкрепящ връстниците днес се разглежда от много преподаватели като важен лост за включване на децата и младежите в изготвянето на политики (Parsons & Blake, 2004) и заема централно място във визията за инициативи, противодействащи на тормоза на главни неправителствени организации като Чайлдлайн (ChildLine).

Видове подкрепа от връстниците

Системите за подкрепа на връстниците се различават твърде много в различните училища и в зависимост от възрастовите групи на самите подкрепящи връстниците. Съществуват вариации във възприетия модел на обучение и те включват: подходи, базирани на съветването, методи за разрешаване на конфликти, менторство, обучение от връстници и обикновено сприятеляване. В плановете на началните училища обикновено влиза наблюдаване на деца, които изглеждат самотни; често това се случва на игралната площадка, като обучените ученици обикновено се приемат за другари или приятели. Плановете на основните училища често включват подкрепящите връстници да работят в клубове по обедно време, в стая, в която се отбиваш, група от обучаващи на по-млада възраст, или индивидуален контакт очи в очи с ученик в рамките на период от време, обикновено един учебен срок, а в някои случаи в продължение на година. Методите на работа се развиват с времето и се променят съобразно местните потребности и схващанията на учениците относно ефективността и приемливостта на този вид интервенция. С напредъка на технологиите методите също се ползват от видове подкрепа, които могат да се овладяват дистанционно, включващи подкрепа по интернет и с имейл (Cartwright, 2005; Cowie & Hutson, 2005).

Съветване на връстници

Най-старите видове подкрепа на връстници са били базирани върху модел на съветване. Странични наблюдатели в ролята на асистенти на учениците са били обучавани (обикновено от квалифициран съветник или психолог) да използват

активни умения за слушане, за да подкрепят връстници в беда. Целите са били: да се изградят у наблюдателите умения да се занимаят с междуличностните проблеми на връстниците; да се помогне на жертвите на тормоза и да се предизвика реакция у тормозещите ученици. Редовното наблюдаване (или от квалифициран съветник или от учител, който направлява метода на подкрепа на връстниците) е било съществена особеност. Съветниците на връстниците се виждали с ползвателите на услугата в специално обозначена стая, така, както съветниците се виждат с клиентите си при частна консултация. Съветването между връстниците е било въведено в Обединеното Кралство през 1990 от Нета Картрайт, училищният съветник в основно училище в Мидлъндс, която преподавала на учениците основни умения за слушане и взаимно съветване като особено важна част от училищната политика за противодействие на тормоза. (Cartwright, 1996; Glover, Cartwright, & Gleeson, 1998). Теорията, лежаща в основата на обучението на Картрайт, била съветване по преоценката (СП), подход, в центъра на който е личността. СП предполага, че нашата способност да мислим и действаме добре е била нарушена от негодите, преживени в процеса на израстване в общество, изградено върху неравенството, несправедливостта и напора да се съревноваваме и да съблюдаваме правила. В същото време, всеки от нас има естествената способност да се отърси от преживените неприятности посредством процес на освобождаване или разтоварване, който включва смях, плач, вилнеене, тресене на тялото, треперене и възбудено говорене. Възстановяването става, когато разтоварим напрежението чрез преценка на нас самите и преценка на другите; чрез нарастналото осъзнаване на това, как системите за подтискане работят в ущърб на всички хора; чрез възможността да се влияе на това осъзнаване. С течение на годините, през които Картрайт обучава голям брой подкрепящи връстниците, учениците докладват, че се чувстват по-сигурни, независимо дали действително са ползвали или не тази услуга, а също и това, че цялата култура и климат на училището са станали по-позитивни.

Сприятеляване

С времето службите по съветване на връстниците са се развили в схеми за сприятеляване, които все още включват активни умения за слушане в процеса на обучение, в центъра на който стои личността, но които възприемат много по-неформален подход при своята реализация. Тази промяна в практиката често е инициирана от самите подкрепящи връстниците, които докладват, че както те, така и ползвателите на методите изпитват трудности с формалния подход по съветването и предпочитат анонимността на неформалния метод на сприятеляване. Обикновено сприятеляващите се са връстници или по-големи ученици, избрани от учителите въз основа на техните приятелски личностни качества. При някои системи наличните приятели са също включени в подбора и интервюирането на кандидатите. Обикновено се провежда обучение в междуличностни умения, като активно слушане, отстояване на правата и лидерство. Например, Ати Деметриадес, учителка в Лондонско основно училище и родоначалник на проекта *Деца на бурята*, обучавала учениците да действат като връстници-партньори, за да помогнат на млади бежанци да се адаптират в училище (Demetriades, 1996). Връстниците-партньори били обучавани в умения

по слушане, за да могат да помогнат на травмираните от войната връстници да се справят с мъчителните усещания и да подкрепят опитите им да надмогнат страданието и да продължат да живеят въпреки непоносимите спомени, които имали. Методът също демонстрира потенциала на страничните наблюдатели чрез сприятеляването да играят активна роля в отговорно вземане на решения, наред с възрастните членове –управители на проекта *Деца на бурята*. Проучванията на метода на сприятеляване посочват множество предимства, като не най-малкото от тях е набирането на странични наблюдатели, които да се занимават с проблема за тормоза. За уязвими ученици опитът със сприятеляването може да бъде критична част от процеса на изграждане на по-положителни чувства относно тях самите. Чрез процеса на помагане тези ученици имат възможност да изразят чувствата си относно разстройващи аспекти от живота им. Страничните наблюдатели в ролята на сприятеляващи се докладват, че те също извличат полза от процеса на помагане, чувстват се по-уверени в себе си и се научават да ценят повече другите хора. Учителите често докладват, че училищната среда става по-безопасна и грижовна след въвеждане на схемата за сприятеляване и че взаимоотношенията между връстниците изобщо се подобряват (Cowie, Boardman, Dawkins, & Jennifer, 2004; Menesini, Codecasa, Benelli, & Cowie, 2003).

Разрешаване на конфликти / медиация

Разрешаването на конфликти / медиацията е структуриран процес, при който страничен наблюдател в ролята на трета неутрална страна помага на участващите по собствена воля да разрешат своя спор (Hopkins, 2004). При това трябва да се организира последваща среща, на която участниците отново да разгледат успеха или неуспеха на разрешаването на спора и да изразят желанието си при необходимост да направят промени. В същността на процеса на медиация откриваме качеството *активно слушане* и способността да се *отвърне искрено и неподправено* на нуждите и чувствата на участниците в медиацията. За медиатора-връстник е особено важно да не отрича или подтиска силни емоции, обикновено на лице по време на и след конфликта, а да има силата да им позволи да се проявят и да бъдат споделени в една състрадателна, подкрепяща среда. По същото време те трябва да минат отвъд емпатията и да стигнат до рационална, решаваща проблемите позиция, за да могат спорещите страни да се придвижат към разрешаването на конфликта. Именно тук добрите комуникационни умения са също важни. Медиаторите връстници трябва да покажат чрез избора си от думи, тона на гласа, ритъма на речта и чрез увереността си, че вярват в реалната възможност за решаване на проблема. При това трябва да се организира последваща среща, на която участниците отново да разгледат успеха или неуспеха на разрешаването на спора и да изразят желанието си при необходимост да направят промени. Оценката на този подход сочи, че проявите на агресивно поведение намаляват съществено. Типична особеност е, че над 80% от споровете, в които медиатори са били връстници, завършват с дълготрайни споразумения (Cunningham, Cunningham, Martorelli, Tran, Young, & Zacharias, 1998; Fernandez, Villaoslada, & Funes, 2002).

Менторство от връстници

Този метод може да приеме формата на сприятеляване, при която обучени ученици се прикрепват към нов випуск от началното училище, в качеството им на приятели, ментори и водачи, за да предразположат новите ученици към училищната среда. Това типично започва в края на последната година на учениците в началното училище и продължава до първата година от постъпването им в основното училище. Ключова особеност на менторството от връстници е, че менторите играят ролята на положителни модели за подражание от по-малките ученици.

Подкрепата от връстниците и интернет

Интернет е динамично за младите хора място, където разширяват хоризонта на своето ежедневие и срещат други млади хора с подобен светоглед. Много от нашите ежедневни дейности като писане, четене, търсене на информация, социална комуникация и забавления са в нарастваща степен улеснени от интернет. Интернет се използва за търсене на информация по широк спектър въпроси, които засягат живота на младия човек. Нещо повече, за младеж, който се чувства откъснат от здравословните взаимоотношения с връстниците и в семейството, онлайн връзките могат да осигурят заместител. Мнозина са възвествявали, че интернет е място за рушене на бариери и свързване на хора, които иначе обществото би изтласкало настрана.

Учебен пример за подкрепа от връстници по електронната поща (Hutson & Cowie, 2006)

Проучвания са посочили, че в разнополова среда момчетата са по-малко склонни доброволно да участват в схема за подкрепа на връстници. Те бранят границите, наложени от пола им и възприемат подкрепата на връстници като женска територия. В училищата само за момчета или само за момичета, където няма представители на другия пол, с които да се сравняват, границите на пола стават по-разлети. Това откритие бе потвърдено от изследване, проведено в училище за момчета в югозападен Лондон. Училището искаше да включи учениците във вземане на решение след инцидент с физически тормоз. За целта училището сформира представителни групи измежду всички 9-годишни момчета и ги помоли да посочат пропуски в пасторалната грижовна система на училището. Една от поисканите услуги беше схема за подкрепа на връстниците по електронната поща. Електронната поща бе предпочетен метод за подкрепа на връстниците, тъй като той осигури на всяко едно момче, търсецо съвети, анонимност и конфиденциалност. Налице беше притеснението, че да бъдеш видян от съучениците си как разговаряш с подкрепящите връстници на игралната площадка би било тълкувано като пораженческо поведение. При използването на електронната поща като комуникационен канал този страх беше отстранен. Идеята бе, че електронната поща ще осигури на момчетата открито пространство за срещи, без предубеждения, познати лица или граници. 82 момчета пожелаха да бъдат подкрепящи връстниците още в първия ден на акцията за набиране. Броят на желаещите бе намален до 25, за да бъде той удобен за обучение в Съветване по Преоценката (както е описано в раздела за работата на Нета Картрайт) и за да се осигури тяхното ангажиране - за да бъде схемата надеждна и трайна. 25-мата

бяха избрани от връстниците въз основа на отговорите им на стандартна молба-формуляр. Доброволците бяха с различен опит - някои сами бяха преживели тормоз, други го бяха наблюдавали като свидетели. Някои бяха почерпили опит от възрастни, придобит при медиация в брака на родителите си. Един кандидат бе отхвърлен заради тормоз, който самият той е упражнявал и оттам усещаше, че знае по-добре защо се стига дотам и как да се възпре тормоза. Мнозинството изрази желание да се издигне над и да предизвика котерийната атмосфера, която цареше в училищния живот. Накратко, прилагането на схемата за подкрепа на връстниците насърчи на равна нога тормозещия, наблюдателя и жертвата да отстояват позициите си и да бъдат отговорни.

Схемата също допринесе за изграждането на по-грижовна и интегрирана училищна среда. Групи от по четири подкрепящи връстниците на различна възраст работиха заедно на ротационен принцип, за да отговарят на имейлите в рамките на точно определено време три пъти седмично. Момчетата бяха от различни възрастови групи и биваха разпределяни към различни ротационни групи всяка седмица, за да се развият отношенията в различните възрастови групи. Един учител посредничи в схемата с имейлите, за да осигури анонимност и постоянно да надзирава по-тежките случаи. Момчетата, търсещи подкрепа от връстниците, трябваше да пращат имейли от тяхната училищна поща (до която имаха дистанционен достъп от мрежата възрастни) на общ имейл адрес. Един учител обработваше пристигащите имейли, като отрязваше и лепеше текста на празна страница и после го препращаше на подкрепящите връстници. Подкрепящите връстници изготвяха отговор в техните групи от по 4-ма и връщаха този отговор на учителя, който после го препращаше на конкретния имейл. Единственият недостатък на схемата бе липсата на незабавна реакция. Проверяването на имейл сметката три пъти седмично би могло да означава, че на дадено момче в криза ще му се наложи да чака за помощ.

До този момент тази схема е била успешна. Цялата училищна обстановка е повлияна в положителна насока и е поощрила емоционално по-грамотна обстановка чрез насърчаване на учениците да отчитат по-внимателно въздействието на собствените си дела върху другите.

Системите за подкрепа на връстниците изискват подкрепящите да бъдат умели комуникатори, да могат да слушат активно другия и да прилагат разрешаващ проблемите подход към неговите трудности. Системите за подкрепа на връстниците, били те формални или неформални, са склонни да внедряват основните умения за слушане, емпатия към човека със социални и емоционални проблеми, разрешаващ проблемите подход при междуличностните проблеми и желание да играят подкрепяща роля. Възрастните играят важна роля в този процес чрез осигуряване на обучение и надзор в една подкрепяща среда. По този начин те дават на младия човек възможност да предложи директен отговор на молбите за помощ по отношение на специфичния проблем. Те предоставят на подкрепящите връстници умения и стратегии в помощ на ползвателите на системата (или тези които са подкрепени) да намерят разрешение на личния

проблем. При все, че непосредствената работа по подкрепата на връстниците се върши от самите връстници, възрастните запазват подкрепяща и надзираваща функция, без да налагат решения. Ненаказателното естество на подкрепата от връстници предлага ясни и автентични канали за комуникация между участниците (Cowie & Wallace, 2000; Ortega, 1998).

Отговорности на фасилитаторите на тази част

Вашите задачи за тази част са да:

- изпратите до всички участници информация относно кога и къде ще се проведе сесията и подробности за предварителна подготовка по темата
- се запознаете с текста на Частта и бележките на фасилитатора
- планирате сесията така, че да се съобразите с нуждите на участниците
- осигурите копирането или подготовката на всички необходими материали или помощни средства
- ръководите сесията и всички упражнения

Последователност на упражненията за част Д1

Тази част представлява еднодневно обучение от пет часа плюс междучасията. Забележете, че обучението в тази част е въвеждащо. Ще се наложи или да организирате по-нататъшно обучение, или да повикате квалифициран съветник, психолог или друг колега с опит в обучението на подкрепящи връстниците в училище. Всички упражнения са подходящи за млади хора. Участниците в обучението могат да видят процеса на подкрепа на връстниците в действие и да си изработят подходящо поведение спрямо колегите и учениците в училище.

Първо упражнение: Представете се (10 минути)

Цел

- Научаване имената на всички
- Положително и целенасочено взаимодействие с другите в групата

Материали

Значка с името за всеки участник

Начин на действие

Фасилитаторът предварително е подредил столовете в стаята в кръг.

Първи рунд Най-напред се представя фасилитаторът; напр., 'Казвам се Кристиан'. После се представя седящият до него и така нататък, докато всеки по реда си е казал как се казва.

Втори рунд Тук фасилитаторът добавя прилагателно, започващо с първата буква на неговото име, например „Казвам се кроткият Кристиан” и подканя всеки в кръга поред да направи същото.

Анализ на резултата

Упражнението не се нуждае от анализ на резултата, но фасилитаторът може да изтъкне колко е важно да се разчупи леда в началото на един емпирически

семинар и вероятно да предложи някои други разновидности на упражнението в помощ на обучението на подкрепящите връстници.

Второ упражнение: Представете съседа си (20 мин.)

Цел

- Да започнат да се чувстват по-уютно в групата като общуват целенасочено един с друг
- Да разберат собственото ниво на умение да задават въпроси на някого друго, да говорят за себе си и да слушат
- Да се накарат всички да говорят в голямата група, дори и тези, които обикновено биха се въздържали от това

Материали

Не са необходими

Начин на действие

Дайте на групата пет въпроса, които да зададат на партньора (човека до тях). Въпросите трябва да са свързани с факти, но могат да бъдат също забавни или необичайни. Те не трябва да са лични или неудобни. Всеки участник разполага с кратко време (3-5 мин.) за това. После всички трябва да се върнат в голямата група и да представят пред групата партньора си въз основа на събраната от него информация.

Анализ на резултата от упражнението

Без да посочвате отделни хора, струва си да се отбележи, че някои са слушали внимателно и са запомнили подадената информация, докато други не са го направили. Ако обсъждате това в групата, вероятно ще откриете, че някои хора са говорили повече от отреденото им време. Това може да се спомене без да давате преценки като кажете, че се надявате всеки да разбере върху кои умения трябва да поработи.

Трето упражнение: Да се опознаем (20 мин.)

Цел

- Научаване имената на другите
- Целенасочено и индивидуално общуване с няколко членове на групата
- Упражняване задаването на въпроси на непознати хора
- Отчитане на сходства и различия между хората в групата

Материали

Помощно средство 1 *Да се опознаем*

Начин на действие

Раздайте листове с въпроси (вижте Помощно средство 1 *Да се опознаем*) с празни места за попълване с имената на членовете от групата.

Дайте им 15 минути да се разходят из стаята и да намерят някой, който отговаря на всеки един въпрос. Не прекратявайте упражнението докато не се попълнят всички празни места.

Анализ на резултата от упражнението

Предложени са два начина за анализиране на упражнението. Единият е да се помолят участниците да споделят опита си в задаването въпроси на хора, които не познават добре. Във връзка с това може да се зададе въпросът: „Сега, когато знаете тази информация за човека, имате ли чувството, че го познавате?“ с намерението да стигнете до там, че знаенето на факти е по-малко полезно от знаенето на това как се чувства човек. Другият начин е да се съсредоточите върху неподозирани сходства и различия у хората, открити при общуването и върху това как те биха повлияли на чувствата им един към друг или на това, че са част от същата група.

Четвърто упражнение: Намислете си тайна (25 мин.)

Цел

- Идентифициране качествата на един добър подкрепящ връстниците
- Осигуряване на възможност да се признае, че хората в курса на обучение вече притежават много от тези качества

Материали

Помощно средство 2 *Качества на подкрепящия връстниците*

Начин на действие

Помолете всички от групата да си помислят за тайна, която никога не са казвали никому и/или за нещо, за което много трудно биха говорили.

Подчертайте, че никой няма да ги кара да разкриват тази тайна в нито един момент от упражнението.

После ги помолете да се огледат в групата и да решат на кого биха казали тайната, ако трябваше да я споделят с един човек.

Помолете ги да не разкриват кой е той.

Сега ги помолете да помислят относно това какво у този човек ги накара да го/я изберат.

Анализ на резултата

Потърсете обратна връзка от групата като ги накарате да посочат качествата на избраните от тях хора. Напишете ги в списък, който може да се види от групата и ще бъде „пазен за бъдещи препратки“ (към него) (вижте Помощно средство 2 *Качества на подкрепящия връстниците*). Когато списъкът е готов, помолете групата да му даде заглавие. Обикновено те ще се досетят, че заглавието трябва да е нещо като „Качествата на подкрепящия връстниците“. Накрая привлечете внимание към факта, че те вече притежават тези качества в групата. Това настройва групата положително, т.е. те имат умения за придобиване, но също така вече притежават някои от необходимите основни качества.

Пето упражнение: Размишления (20 мин.)

Цел

- Установяване кои действия са полезни и кои не
- Изграждане на качествата, които вече са посочени в четвърто упражнение

Материали

Не са необходими

Начин на действие

Помолете участниците да помислят самостоятелно за момент, в който са се обръщали към някого за помощ или подкрепа. Какво е направил този човек? Какво е било усещането? Кое е било полезно? Кое е било безполезно? Накарайте всички да начертаят две колони на лист хартия, едната озаглавена „Подкрепящите връстниците правят...“, другата „Подкрепящите връстниците не правят...“

Подчетайте, че няма да ги карате да разкриват проблема си в нито един момент от упражнението.

Анализ на резултата

На общото разискване фасилитаторът обобщава отговорите в същите две колонки на флипчарт. После фасилитаторът кани хората да размишляват относно това, как да насърчат учениците да се подкрепят един друг и как да разпознават безполезното поведение.

Шесто упражнение: Препятствия по пътя на комуникацията (25 минути)

Цел

- Илюстриране важноста да се обръща внимание на човек, чрез осигуряване възможност да се разбере какво е да не ти обърнат внимание
- Илюстриране важноста от изслушването, чрез осигуряване възможност да се разбере какво е да не бъдеш изслушан

Материали

Помощно средство 3 *Карти на поведението*

Начин на действие

Помолете участниците да застанат по двойки – единият да действа като ‘подкрепящ връстниците’, другият като ‘подкрепян’ – и да седнат с лице един към друг. Помолете подкрепяния да помисли за проблем (нищо сериозно), по който биха могли да разговарят. Дайте на подкрепящия връстниците карта (Помощно средство 3 *Карти на поведението*) с инструкции как да се държи и го помолете да прави точно, каквото изисква картата. В материалите са включени две карти, но вие можете да изготвите и свои собствени.

Анализ на резултата

Само след три минути прекратете упражнението и съберете групата отново заедно. Трябва да поискате обратна връзка първо от подкрепяния, за да се види какво е усещането да бъдеш игнориран или увещаван. Упражнението обикновено провокира силно чувство на гняв или усещането, че човек не е оценен, в допълнение към много смях. После поискайте обратна връзка от подкрепящите връстниците относно това, какво е усещането да се държиш по безполезен начин. Обикновено завършваме с въпрос към групата относно това, какво те смятат, че ние искаме да вземат от това упражнение. Заключение не бива да е сложно или объркано, но е важно да се направи обобщение, за да сме сигурни, че всеки е схванал основната идея, която сте имали предвид и я помни в случаите, при които в реална ситуация използва уменията си за подкрепа на връстниците.

Седмо упражнение: Спирала на конфликта (45 минути)

Цел

- Разбиране, че конфликтите могат да започнат с нещо съвсем просто и под формата на спирала да излязат извън контрол

Материали

Не са необходими

Начин на действие

Помолете участниците по двойки да дискутират реален конфликт, който са имали с друг човек. Ролите са две. Участник 'А' разказва за своя конфликт, участник 'Б' слуша. В края на разказа 'Б' кара 'А' да спре кадъра с най-лошия момент, така както DVD било спряно в този конкретен миг. 'Б' кара 'А' да задържи този момент и да изпита реалните усещания и емоции тогава. След това участник 'Б' кара 'А' да излезе от стоп кадъра и да опише какво е преживял. После ролите се разменят и упражнението се повтаря. Дайте по 10 минути на всяка двойка.

Анализ на резултата

Двойките се помолват да се върнат в голямата група. На общото разискване фасилитаторът кара двойките да споделят някои преживявания по време на упражнението. Групата обсъжда заедно колко лесно или трудно е да се намеси човек в конфликта, за да намали напрежението. Дайте 25 минути за този съвместен анализ на резултатите.

Осмо упражнение: Разрешаване на конфликт (50 минути)

Цел

- Предоставяне възможност на участниците да упражнят уменията си в медиация между двама души, които спорят

Материали

Помощно средство 5: *Списък на наблюдателя*

Помощно средство 6: *Пет стъпки към разрешаване на проблема*

Начин на действие

Групата избира конфликт от седмо упражнение (или нов конфликт, ако желае). Участниците работят в групи от по 4/5 души. Всяка група решава кой каква роля ще вземе за първия рунд: двама спорещи; един медиатор; един-двама наблюдатели. Фасилитаторът преминава през петте етапа в разрешаването на конфликта (Помощно средство 6: *Пет стъпки към разрешаване на проблема*) и приканва групите да упражнят тези стъпки във връзка с избрания от тях конфликт. Наблюдателите си водят бележки като използват Помощно средство 5: *Списък на наблюдателя*

Анализ на резултата

Анализът се прави по групи. Обратна връзка дава всеки по реда си: спорещите; наблюдателят/ите; медиаторът. Групите изследват случилото се; какви са били усещанията; имало ли е тягостни емоции? Как различните роли са преживели решаването на конфликта? Имало ли е други начини, по които медиаторът би могъл да се справи със спора?

Девето упражнение: Да съветваш или не (45 минути)

Цел

- Осигуряване възможност да се практикува реагиране на директна молба за съвет
- Страртиране на практиката за оказване на помощ без да се дава съвет

Материали

Помощно средство 4: *Ролев карт*

Помощно средство 5: *Списък на наблюдателя*

Начин на действие

Разделете групата на по-малки групи от по трима и задайте или попитайте за желаещи да играят трите роли в ролевата игра – подкрепящ връстниците, подкрепян и наблюдател.

Дайте на подкрепяните ролева карта (Помощно средство 4: *Ролев карт*) със случка, представяща проблем. Само за няколко минути те трябва да разкажат историята си на подкрепящия връстниците. Инструктирайте ги директно да питат подкрепящия връстниците какво той/тя смята, че подкрепяният трябва да стори във връзка с вече разказаната проблем. Ако подкрепящият връстниците избегне въпроса, препоръчайте още едно, по-настойчиво запитване. Подкрепящият не бива да знае точната цел на упражнението. Инструктирайте го просто да направи каквото може, за да помогне на подкрепяния. Кажете на наблюдателя целта на

упражнението и го накарайте да записва (Помощно средство 5: *Списък на наблюдателя*) какво подкрепящият прави и казва в отговор на запитването.

Анализ на резултата от упражнението

Когато свърши ролевата игра, наблюдателят трябва да даде обратна връзка на подкрепящия връстниците относно това как той/тя е отговорил/а и относно ефекта на този отговор върху подкрепяния. В голямата група е възможна по-нататъшна дискусия относно това как да се отвърне най-добре на натиска на търсеция съвет.

Десето упражнение: Процесът на анализ на резултатите (40 минути)

Цел

- Повишаване осведомеността на участниците относно множеството отговори, които съществуват в рамките на една група
- Установяване връзки между отговорите
- Осмисляне на наученото по време на сесията.

Материали

Помощно средство 2: *Качествата на подкрепящия връстниците*

Начин на действие

Фасилитаторите канят групата да отчете множеството отговори, които са предложили или изпробвали по време на сесията. Какви чувства изпитват те, когато предлагат помощ на друг? Какви чувства изпитват, когато друг им предлага помощ? Участниците се приканват да напишат отговорите си на лист хартия. След 10 минути (или когато всички са готови), участниците се помолват един по един да прочетат на глас коментарите си. После се приемат коментари от останалите в групата

Анализ на резултата

(Може да е полезно да се върнем към попълненото Помощно средство2)
Това е възможност да се споделят модели, по които групата предлага и получава подкрепа от връстниците, например модели, свързани с пола, етноса или възрастта. Изследвайте най-разпространените, а също и най-малко разпространените теми. Трудно ли му е на някого в групата да получи подкрепа от връстниците? Защо? Колко често отделните хора в групата получават подкрепа от другите? Може ли оказваната подкрепа от връстниците да бъде усъвършенствана на тяхното работно място? Какво всеки от тях ще извлече за себе си от тази сесия?

References

- Cartwright, N. (1996). Combatting bullying in school: The role of peer helpers. In H. Cowie & S. Sharp (Eds.), *Peer counselling in schools: A time to listen* (pp. 97-105). London: David Fulton.
- Cartwright, N. (2005). Setting up and sustaining peer support systems in a range of schools over 20 years. *Pastoral Care in Education*, 2(2), 45-50.
- Cowie, H., Boardman, C., Dawkins, J., & Jennifer, D. (2004). *Emotional health and well-being: A practical guide for schools*. London: Sage Publications.
- Cowie, H., & Hutson, N. (2005). Peer support: A strategy to help bystanders challenge school bullying. *Pastoral Care in Education*, 23(22), 40-44.
- Cowie, H., Naylor, P., Talamelli, L., Chauhan, P., & Smith, P. K. (2002). Knowledge, use of and attitudes towards peer support. *Journal of Adolescence*, 25, 453-467.
- Cowie, H., & Wallace, P. (2000). *Peer support in action: From bystanding to standing by*. London: Sage.
- Cunningham, C., Cunningham, L., Martorelli, V., Tran, A., Young, J., & Zacharias, R. (1998). The effects of primary division, student-mediated conflict resolution programs on playground aggression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39, 653-662.
- Demetriades, A. (1996). Children of the storm: Peer partnership. In H. Cowie & S. Sharp (Eds.), *Peer counselling in schools: A time to listen* (pp. 64-72). London: David Fulton.
- Fernandez, I., Villaoslada, E., & Funes, S. (2002). *Conflicto en el centro escolar*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Glover, D., Cartwright, N., & Gleeson, D. (1998). *Towards bully-free schools*. Milton Keynes: Open University Press.
- Hopkins, B. (2004). *Just schools: A whole school approach to restorative justice*. London: Jessica Kingsley.
- Hutson, N., & Cowie, H. (2006). *Setting up an email peer support scheme*. Manuscript submitted for publication.
- Menesini, E., Codecasa, E., Benelli, B., & Cowie, H. (2003). Enhancing children's responsibility to take action against bullying: Evaluation of a befriending intervention in Italian middle schools. *Aggressive Behavior*, 29, 1-14.
- Ortega, R. (1998). *La convivencia escolar: Que es y como abordarla*. Sevilla: Consejería de Educación y Ciencia.
- Parsons, M., & Blake, S. (2004). Peer support: An overview. *Spotlight*, National Children's Bureau, November, 1-4.
- United Nations (1991). *United Nations Convention on the Rights of the Child*. *Innocenti Studies*. Florence: UNICEF.

Further reading and additional materials

Books and articles

- Bertels, J., Van Vaerenbergh, J., & Schoofs, V. (2002). Jongeren begeleiden jongeren: Drie jaar later. *Caleidoscoop*, 14(4), 2-7.
- Cowie, H. (2006). Involving pupils: Developing peer-led strategies. In C. Gittins (Ed.), *Violence reduction in schools – how to make a difference*. Strasbourg: Council of Europe.

http://book.coe.int/EN/ficheouvrage.php?PAGEID=36&lang=EN&produit_aliasid=2045

- Porro, B. (2003). *Kinderen en ... hun rol als bemiddelaar. Conflictoplossing in zes stappen*. Kwintessens Uitgevers: Hilversum.
- Patfoort, P. (2004). *Se défendre sans attaquer. La puissance de la nonviolence*. Mechelen: Jeugd & Vrede et Baeckens Books BVBA.
- We lossen het zelf wel op! Peer mediation. Uitgave bij 'De Vlaamse Vredesweek'. Pax Christi Vlaanderen, Antwerpen. [We will solve it ourselves! Peer mediation.] Draaiboek voor het opstarten van het project vertrouwensleerlingen. Centrum voor zorgverbreding – Gemeenschapsonderwijs, Brasschaat (met video).
- Robinson, G., & Maines, B. (2003). *Een schreeuw om hulp. De No Blame-aanpak bij pesten. Uitgave van Leefsleutels*. Mechelen: Bakermat Uitgevers.
- Robinson, G., & Maines, B., (2005). *Pesten stoppen stap voor stap. De No Blame-aanpak in theorie en praktijk op de basisschool*. Mechelen: Leefsleutels.

Websites

Park, J. (2002). Peer support for rural youth, *Peer Support Forum Briefing Paper*.

<http://peersupport.ukobservatory.com/psia.php>

Peer Support Networker <http://peersupport.ukobservatory.com/index.php>

Puri, S. (2002). Promoting race equality through peer support, *Peer Support Forum Briefing Paper*. <http://peersupport.ukobservatory.com/psia.php>

UK Observatory for the Promotion of Non-violence <http://www.ukobservatory.com>

Peer Support Networker <http://www.ukobservatory.com>

National Society for the Prevention of Cruelty to Children (NSPCC)

<http://www.nspcc.org.uk/asp/SSSearch.asp>

ChildLine <http://www.childline.org.uk/>

<http://www.paxchristivlaanderen.be>

<http://www.cmgi.be>

<http://www.leefsleutels.be>

Training Manuals

Cole, T. (2000). *Kids helping kids*. Victoria, British Columbia: Peer Resources.

Cowie, H., & Wallace, P. (2000). *Peer support in action: From bystanding to standing by*. London: Sage.

Petch, B., & Withers, T. (2006). *Peer mediation: guidance notes for schools*. Solihull Metropolitan Borough Council, PO Box 20, Council House Solihull, W.Midlands B91 3QU, UK.

Salter, K. & Twidle, R. (2005). *The learning mentor's source and resource book*. London: Paul Chapman.

Scherer-Thompson, J. (2002). *Peer support manual*. London: Mental Health Foundation. UK Office, 83 Victoria Street, London, SW1H 0HW
<http://www.mentalhealth.org.uk>

Evaluation studies of peer support

Cowie, H., Naylor, P., Talamelli, L., Chauhan, P., & Smith, P. K. (2002). Knowledge, use of and attitudes towards peer support. *Journal of Adolescence*, 25, 453-467.

Cowie, H., Boardman, C., Dawkins, J., & Jennifer, D. (2004). In *Emotional health and wellbeing: A practical guide for schools*. London: Sage Publications. (see chapter 2.4 "Bullying behaviours")

Cunningham, C., Cunningham, L., Martorelli, V., Tran, A., Young, J., & Zacharias, R. (1998). The effects of primary division, student-mediated conflict resolution programs on playground aggression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39, 653-662.

Menesini, E., Codecasa, E., Benelli, B., & Cowie, H. (2003). Enhancing children's responsibility to take action against bullying: Evaluation of a befriending intervention in Italian middle schools. *Aggressive Behavior*, 29, 1-14.

Naylor, P., & Cowie, H. (1999). The effectiveness of peer support systems in challenging school bullying: The perspectives and experiences of teachers and pupils. *Journal of Adolescence*, 22, 467-479.

Smith, P. K., & Watson, D. (2004). *Evaluation of the CHIPS (ChildLine in Partnership with Schools) Programme*
<http://www.dfes.gov.uk/research/data/uploadfiles/RR570.pdf>

Помощно средство1: Да се опознаем!

Упражнението ще ви помогне да получите повече информация за участниците в това обучение по подкрепа на връстниците. Разходете се из стаята и намерете някой, който отговаря на всяко едно описание. Напишете името му/й на съответния ред.

1. Носи същия размер обувки като мен
2. Роден е в друга държава
3. Има рожден ден в един и същи месец с мен
4. Има брат
5. Спортува редовно
6. Добър е по математика
7. Говори поне 3 езика
8. Може да готви
9. Има куче или котка
10. Живее в апартамент

Помощно средство 2: Качества на подкрепящия връстниците

Добър слушател Заслужава доверие Разбиращ	Приятелски настроен Спокоен и обективен Не ме унижава
Внимателен Кара ме да се чувствам по-добре	Уважава тайната Солиден/Надежден

Помощно средство 3: Карти на поведението

Когато партньорът ви започне да говори, гледайте пода или някъде в далечината, местете се на стола си, чоплете си ноктите, изобщо придайте си отегчен вид. Не давайте никакъв отговор, който да насърчи човека да продължи да говори, само отегчено повтаряйте: 'Да, да'.

Веднага щом партньорът ви е разказал дилемата си, го прекъснете, като ако се наложи, му дайте съвет. Кажете му как вие бихте се справили с положението. Не предоставяйте голяма възможност на партньора си да говори за преживяното. Кажете нещо от рода на 'Мислиш, че това е нещо страшно? Трябва да чуеш какво ми се случи на мен!'

Помощно средство 4: Идеи за ролевите карти

Приятелите ми ме избягват, ходят из цялото училище и разправят, че съм мръсница. Правят го, защото момчето, което една от тях харесваше отдавна, ме покани на среща и аз излязох с него. Аз не казах никому нищо, но той каза на приятелите си, а те на моите приятели и сега цялото училище знае. Харесвам това момче, но не искам да загубя приятелите си. Какво трябва да направя според вас?

Наистина съм загрижен/а за брат си. Знам, че се шляе наоколо с една банда, която носи ножове и предполагам, че той също има нож. Всички знаят, че бандата ходи с ножове и мисля, че брат ми ще загази сериозно. Той винаги се прибира късно и проспива училище. Родителите ми му викат, но мисля, че не знаят какви ги върши той. Какво трябва да направя според вас?

Помощно средство 5: Списък на наблюдателя

Вашата задача е да наблюдавате качеството на взаимоотношенията между покрепящия и подкрепяния. Следете внимателно следното: контакта с очите, жестовете, позицията на тялото, изражението на лицето, тона на гласа. Напишете общи коментари относно начина, по който подкрепящият отговаря на подкрепяния.

- Какви послания носеха очите, жестовете, позицията на тялото, изражението на лицето на подкрепящия връстниците?

- Колко уместен беше тонът на подкрепящия връстниците?

- Колко заинтересуван от проблема на подкрепяния изглеждаше подкрепящият връстниците?

Подкрепете с доказателства всеки ваш коментар

Помощно средство 6: Пет стъпки в разрешаването на проблема

Стъпка 1 Установяване на проблема

Медиаторът предразполага двамата спореци да се чувстват удобно. Обяснява какво произтича от процеса на медиация. Поканва се всеки участник да изложи своята идея за проблемната ситуация, без да бъде прекъсван, като споделя чувства и факти.

Медиаторът изяснява нуждите и интересите на всяка страна, като ползва изрази като: „Това, което разбирам от казаното от вас е...”

Всяка страна е помолена да обобщи казаното от другата страна.

Помирителят обобщава казаното от всички.

Стъпка 2 Изследване на възможностите

Всяка страна заявява какво би желала да стане в идеалния случай и е поканена да предложи възможни разрешения на спора. Медиаторът отбелязва възможни рискове и ползи.

Стъпка 3 Отчитане на рисковете и ползите

Медиаторът кани всяка една страна да помисли за изхода от предложеното решение на спора. Всеки е помолен да изледва възможните рискове и ползи от предложените разрешения.

Стъпка 4 Изготвяне план за действие

Всяка страна отчита кои разрешения вероятно ще удовлетворят нуждите и на двамата спореци. От тях се иска да изберат едно или две възможни решения. Медиаторът изяснява какво е съгласна да направи всяка страна и в какви срокове. Тогава медиаторът съставя писмено споразумение относно бъдещите действия и то се подписва от всички присъстващи. Двете страни си стискат ръцете.

Стъпка 5 Преглед и преоценка

Страните се съгласяват да се срещнат, за да прегледат резултата и да преценят какво е станало. Те се съгласяват да предоговорят някои положения, ако това е уместно. Медиаторът поздравява всяка от страните за успеха и обобщава колко са ценни съдействието и доверието. Срещата се закрива с признаването на факта, че е постигнат напредък (дори и да няма пълно разрешение на спора). Всеки един от двамата се помолва да помисли как да се държи занапред.