

взаимопомощь

взаимоуважение

коллективизм



# КАК РЕШАТЬ КОНФЛИКТЫ И СПРАВЛЯТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ?

КО ДНЮ ПСИХОЛОГА





## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

### **к сценарию занятия «РАЗГОВОРЫ О ВАЖНОМ»**

### **для обучающихся 5–7 классов**

#### **Занятие 11**

#### **Как решать конфликты и справляться с трудностями?**

#### **Ко Дню психолога**

**Дата проведения:** 17 ноября.

**Цели занятия:** расширение представлений обучающихся о причинах возникновения конфликтов и возможностях их конструктивного разрешения; стимулирование мотивации к выстраиванию позитивных, основанных на взаимопонимании взаимоотношений с людьми; развитие у обучающихся способности к преодолению трудностей, навыков анализа, саморегуляции и ассертивности; информирование о современных возможностях получения профессиональной психологической помощи в трудных жизненных ситуациях.

**Формирующиеся ценности:** взаимопомощь, взаимоуважение, коллективизм.

#### **Основные смыслы**

- Конфликты и трудности — естественные процессы развития общества и человеческих взаимоотношений.
- Понимание причины конфликта — это ключ к его разрешению.
- Взаимопонимание и готовность идти навстречу являются важными условиями конструктивного разрешения конфликтов.
- Взрослея, человек учится не бояться трудностей и преодолевать их.



- В сложных жизненных ситуациях можно и нужно обращаться за помощью к близким людям и профессионалам-психологам.

## **Планируемые результаты занятия<sup>1</sup>**

### **Личностные результаты**

*В сфере гражданского воспитания:* уважение прав, свобод и законных интересов других людей; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи.

*В сфере патриотического воспитания:* осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе.

*В сфере духовно-нравственного воспитания:* ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

*В сфере физического воспитания:* способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием.

*В сфере ценности научного познания:* установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

---

<sup>1</sup> В соответствии с рабочей программой курса внеурочной деятельности «Разговоры о важном» на 2025–2026 годы.



*В сфере адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:* освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также открытость опыту и знаниям других; повышение уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе развитие умения учиться у других людей.

### **Метапредметные результаты**

*В сфере овладения коммуникативными универсальными учебными действиями:* воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения; выражать свою точку зрения в устных и письменных текстах; понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения.

*В сфере овладения регулятивными универсальными учебными действиями:* делать выбор и брать ответственность за решение; владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации; выявлять и анализировать причины эмоций, ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций; осознанно относиться к другому человеку, его мнению; признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая; осознавать невозможность контролировать все вокруг.

### **Предметные результаты**

*Русский язык:* совершенствование различных видов устной и письменной речевой деятельности; формирование умений





речевого взаимодействия: создание устных монологических высказываний на основе жизненных наблюдений, личных впечатлений; участие в диалогах разных видов: побуждение к действию, обмен мнениями, запрос информации, сообщение информации.

*История:* формирование умения определять и аргументировать собственную или предложенную точку зрения с опорой на фактический материал, в том числе используя источники разных типов.

*Обществознание:* освоение и применение системы знаний: о социальных свойствах человека, особенностях его взаимодействия с другими людьми о содержании и значении социальных норм, регулирующих общественные отношения; формирование умения сравнивать (в том числе устанавливать основания для сравнения) деятельность людей, явления, процессы в различных сферах общественной жизни, их элементы и основные функции; развитие умений устанавливать и объяснять взаимосвязи социальных явлений, процессов в различных сферах общественной жизни, их элементов и основных функций; развитие умений с опорой на обществоведческие знания, факты общественной жизни и личный социальный опыт определять и аргументировать с точки зрения социальных ценностей и норм свое отношение к явлениям, процессам социальной действительности; развивать умения анализировать, обобщать, систематизировать, конкретизировать и критически оценивать социальную информацию, соотносить ее с собственными знаниями о моральном и правовом регулировании поведения человека, личным социальным опытом; развитие умений оценивать собственные поступки и поведение других людей с точки зрения их соответствия моральным, правовым и иным видам социальных норм, экономической рациональности.

**Продолжительность занятия:** 30 минут.

**Рекомендуемая форма занятия:** познавательная беседа.

Занятие включает просмотр видеоматериалов, выполнение практического задания.

## Комплект материалов:

- сценарий;
- методические рекомендации;
- видеоматериалы;
- практическое задание;
- дополнительные материалы;
- презентация.

## Этапы занятия

**Мотивационно-целевой этап:** просмотр видеоролика-анонса, беседа.

**Основной этап:** просмотр видеороликов, беседа, выполнение практического задания.

**Заключительный этап:** беседа.

## Мотивационно-целевой этап

*Основные смыслы:* конфликты и трудности — естественные процессы развития общества и человеческих взаимоотношений.

*Задачи:*

- сформировать представление обучающихся о конфликте как естественной стадии развития общества и человеческих взаимоотношений;
- пробудить интерес обучающихся к изучению темы.

*Формы работы:*

- просмотр видеоролика-анонса;
- беседа.

## Основной этап

### 1. Природа конфликта и причины его возникновения

*Основные смыслы:* понимание причины конфликта — это ключ к его разрешению.

*Задачи:*

- расширить представления обучающихся о природе конфликтов;
- познакомить обучающихся с классификацией конфликтов;
- способствовать пониманию особенностей протекания и последствий конфликтов.

*Формы работы:*

- беседа;
- просмотр видеоролика.

### 2. Способы разрешения конфликтных ситуаций

*Основные смыслы:* взаимопонимание и готовность идти навстречу являются важными условиями конструктивного разрешения конфликтов. Взрослея, человек учится не бояться трудностей и преодолевать их.

*Задачи:*

- отработать навыки поиска путей выхода из конфликтных ситуаций;
- способствовать формированию осознанного поведения в конфликтных ситуациях.

*Формы работы:*

- беседа;
- просмотр и обсуждение видеоролика;
- практическое задание.

## Заключительный этап

*Основные смыслы:* в сложных жизненных ситуациях можно и нужно обращаться за помощью к близким людям и профессионалам-психологам.

*Задачи:*

- обобщить изученные знания и выводы;
- подчеркнуть важность сотрудничества и уважения в отношениях;
- развить умение находить поддержку и помощь в сложных ситуациях.

*Форма работы:*

- беседа.

## Постразговор

### Что почитать

- Драгунский В. «Денискины рассказы» (рассказ «Друг детства»)
- Кузнецова Ю. «Дом П»
- Анисимова А. «Каскадерки идут до конца»

### Что посмотреть

- Мультсериал «Про Миру и Гошу», серия «Мне так не нравится!»
- Художественный фильм «Чучело», 1983





## **Проектная и внеурочная деятельность, внеклассные мероприятия**

- Создание комикса «Мир без конфликта» (придумать иллюстрированную историю, где герои сталкиваются с конфликтом и находят мирное решение).
- Проведение мастер-класса совместно со школьным психологом «Секреты бесконфликтного общения».
- Дискуссионный клуб «Разрешим конфликт миром» (обсуждение реальных ситуаций конфликта, возникших в классе/школе. Класс делится на группы, каждая предлагает свое решение ситуации).
- День добрых дел «Давайте жить дружно!» (организация тематического дня, посвященного доброте, взаимопомощи и уважению друг к другу).