



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ  
ДЕТСТВА, СЕМЬИ  
И ВОСПИТАНИЯ

5-7 классы



РАЗГОВОРЫ  
О ВАЖНОМ



# КАК РЕШАТЬ КОНФЛИКТЫ И СПРАВЛЯТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ?

КО ДНЮ ПСИХОЛОГА

взаимопомощь

взаимоуважение

коллективизм





**КОНФЛИКТ**

**=**

**РАЗНОГЛАСИЕ**

**+**

**СИЛЬНЫЕ  
ЭМОЦИИ**





# КОНФЛИКТ

**Причины:** различия в целях, несовпадение интересов, различия в ценностях

**Желания**

**Страхи и чувства сторон**

# ПРАВИЛА И ДЕЙСТВИЯ ПРИ КОНФЛИКТЕ



- ① Понимать и называть **свои эмоции**.
- ② Помните, что конфликты и трудности бывают всегда, но **это не всегда плохо**.
- ③ Конфликт — это **не навсегда, он проходит**.
- ④ Главное — **внимательно слушать и стараться понять вашего товарища**, с которым произошел конфликт.
- ⑤ **Не обвинять друг друга**, даже если очень хочется.

# ПОЗАБОТЬСЯ О СЕБЕ

## ПОЗВОНИ!



На горячую линию  
кризисной психологической  
помощи

**8-800-600-31-14**



На общероссийский  
детский телефон  
доверия

**8-800-2000-122**

Или короткий номер 124



**КРУГЛОСУТОЧНО  
БЕСПЛАТНО  
АНОНИМНО**



**ДЛЯ ДЕТЕЙ  
И ВЗРОСЛЫХ**

