Карта памяти для учеников 9 класса по ОБЗР по теме: «Безопасные способы избегания и разрешения конфликтных ситуаций»

[«Новые УРОКИ» newUROKI.net](https://newuroki.net/)

Всё для учителя – всё бесплатно!

**Карта памяти — это** эффективный способ ведения записей, который позволяет представить всю проблему на одном листе. Карта памяти объединяет зрительные и чувственные ассоциации в виде взаимосвязанных идей. Карта памяти позволяет: запоминать информацию; воспроизводить информацию, даже если чтение и воспроизведение разорвано во времени; возвращаться в любую часть материала; помогать в усвоении абстрактного материала; устанавливать взаимосвязи между объектами; повышать организованность; углублять понимание; хранить информацию в свернутом виде, а при необходимости разворачивать; оценивать информацию с разных точек зрения; фиксировать ключевые моменты; помогать вспомнить детали, связанные с ключевыми моментами.

**Карта памяти для урока ОБЗР: "Безопасные способы избегания и разрешения конфликтных ситуаций"**

**1. Что такое конфликт?**

**Определение:**

* Конфликт — это противоречие интересов, взглядов или целей, которое приводит к напряженности.

**Основные аспекты:**

* **Причины:**
	+ Личностные различия
	+ Недопонимание
	+ Противоречия интересов
	+ Стрессовые ситуации
* **Последствия:**
	+ Разрушение отношений
	+ Эмоциональный стресс
	+ Социальная изоляция

**2. Стадии развития конфликта**

* **1 стадия:** Предконфликтная ситуация
	+ Напряжение, недовольство
* **2 стадия:** Эскалация
	+ Открытая борьба, активное противостояние
* **3 стадия:** Разрешение
	+ Компромисс, медиация
* **4 стадия:** Завершение
	+ Примирение или окончание противостояния

**3. Типы конфликтов**

**Межличностные конфликты:**

* Взаимоотношения между двумя или более людьми.
* Пример: ссора с другом.

**Групповые конфликты:**

* Возникают внутри коллективов (школа, семья, команда).
* Пример: споры внутри класса или группы.

**4. Стратегии разрешения конфликтов**

* **Способы предотвращения:**
	+ Договариваться заранее
	+ Уважение к мнению других
* **Техники бесконфликтного общения:**
	+ Активное слушание
	+ Использование «я»-выражений
* **Методы снижения агрессии:**
	+ Спокойствие, контроль эмоций
	+ Использование юмора

**5. Механизмы разрешения конфликтов**

* **Конструктивные способы:**
	+ Переговоры, обсуждения
	+ Поиск компромисса
* **Роль медиатора:**
	+ Сторонний человек, который помогает сторонам прийти к соглашению
* **Алгоритм разрешения:**
	+ Оценить ситуацию
	+ Открыто обсудить проблему
	+ Найти решение

**6. Опасные формы проявления конфликтов**

* **Агрессия:**
	+ Физическое или вербальное насилие
* **Буллинг (издевательства):**
	+ Систематическое унижение, физическое или психологическое насилие
* **Домашнее насилие:**
	+ Признаки: угрозы, манипуляции, физическое насилие

**7. Практические советы**

* **Как избежать конфликта:**
	+ Слушай внимательно, проявляй эмпатию
	+ Избегай обвинений, сосредоточься на чувствах
* **Как вести себя в конфликте:**
	+ Останься спокойным
	+ Используй "я"-высказывания
* **Если ты стал свидетелем конфликта:**
	+ Не принимай сторону, помогай найти компромисс

**8. Роль рефлексии в разрешении конфликта:**

* После каждого конфликта важно задуматься о том, как ты действовал, что мог бы сделать иначе.

Эта карта памяти поможет вам легко запомнить ключевые моменты урока и использовать их в реальной жизни для безопасного взаимодействия и разрешения проблемных ситуаций.