

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ  
УГЛИЧСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

РАССМОТРЕНА:

на заседании научно-методического  
совета ГПОУ ЯО Угличского  
индустриально-педагогического  
колледжа

Протокол № 1 от 24.09.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГПОУ ЯО Угличского  
индустриально-педагогического  
колледжа

Т.М. Смирнова



**Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Конфликты в нашей жизни: способы и решения»**

Срок реализации: 4 месяца

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся: 16-20 лет

Автор-составитель:

Ладнова Ю.Н., преподаватель  
профессиональных дисциплин и модулей

Углич, 2024 г.

## **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

### **«Конфликты в нашей жизни: способы и решения»**

Программа имеет социально-педагогическую направленность и разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 24.03.2021 г.) «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»; Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»; Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

**Организация-разработчик:** Государственное профессиональное образовательное учреждение Ярославской области Угличский индустриально-педагогический колледж

**Автор-составитель:**

\_\_\_\_\_

(подпись)

Ладнова Ю. Н.,  
преподаватель  
профессиональных  
дисциплин и модулей

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Актуальность программы**

Программа «Конфликты в нашей жизни: способы и решения» предназначена для расширения у обучающихся знаний о себе и окружающих, развития навыков межличностного взаимодействия и эмоционального самовыражения, подготовка обучающихся к грамотному поведению в сложной ситуации с целью предотвращения острой конфронтации, формирование конфликтологической компетентности, готовность к участию в переговорах в роли беспристрастных посредников.

Данная Программа направлена на обучение основам конфликтологии, формирование коммуникативных навыков и бесконфликтного поведения.

Программа предназначена для обучающихся 10-11 классов школ, а также студентов 1-3 курсов, получающих среднее профессиональное образование.

Изучение Программы «Конфликты в нашей жизни: способы и решения» будет способствовать приобретению практических умений, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности, а также формированию навыков успешной социализации.

### **1.2. Цель и задачи реализации программы**

**Цель:** создание условий, способствующих самопознанию, расширению знаний о коммуникативной культуре и особенностях межличностного взаимодействия; развитию представлений о сущности конфликтов, адекватных способах, стратегиях их разрешения.

**Задачи:**

*Обучающие:*

1. Формировать у учащихся представления о видах конфликтов и их функциях.
2. Обучать приемам описания и анализа конфликтных ситуаций.
3. Обучать навыкам самоанализа, самооценки, самоконтроля и самореализации.
4. Обучать основным навыкам проведения переговоров.
5. Формировать навыки рефлексивного мышления для самоуправления в конфликтах.

*Развивающие:*

1. Формировать общую культуру, духовно-нравственное, гражданское, социальное, личностное и интеллектуальное развитие.
2. Развивать чувства общественной конъюнктуры (умения ориентироваться в быстро меняющихся условиях общественной жизни).

*Воспитательные:*

1. Способствовать формированию навыков конструктивного общения, активной жизненной позиции.

2. Способствовать оснащению учащихся основными ресурсами для выбора наиболее адекватных и продуктивных способов понимания и разрешения конфликтных ситуаций на примере актуальных конфликтов из жизни подростков и юношей.

#### **Планируемые результаты:**

Данная Программа позволяет формировать следующие универсальные учебные действия:

*регулятивные* – обеспечивая умения решать проблемы, возникающие в ходе общения, при выполнении ряда заданий в ограниченное время;

*познавательные* – при необходимости извлекать информацию из различных источников, делать логические выводы;

*коммуникативные* – при использовании диалога, совместной творческой деятельности, за счёт обучения аргументировано отстаивать свою точку зрения, логически обосновывать свои выводы;

*личностные* – при выборе тематики занятия, воспитание толерантного отношения к иным решениям.

### **1.3. Уровень начальной подготовки**

Категория слушателей: обучающиеся 10-11 классов школ, студенты 1-3 курсов, получающие среднее профессиональное образование.

### **1.4. Форма обучения**

Обучение данной программы проходит в очном формате. В программе достаточно много времени отводится на практические занятия: моделирование ситуаций; тренинги, игры и упражнения, проективные методики, опросники, анкетирование, групповая дискуссия.

### **1.5. Срок и режим реализации**

4 месяца, трудоемкость обучения – 36 часов. Из них 13 ч. - теория, 19 ч. - практика и 4 ч. отведено промежуточному контролю. В группах занятия длятся в течение 45-60 минут.

### **1.6. Особенности комплектования групп**

Численность в группах – 15-20 человек. Обучающиеся занимаются 2 раза в неделю.

## 2. Учебный план и календарный учебный график

### 2.1. Учебный план

№	Наименование модулей	Всего, час.	В том числе			Форма контроля
			лекции	практ. занятия	промеж. или итог. контроль	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Конфликт как социальный феномен общественной жизни.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>входная диагностика</b>
1.1	Тема 1. Введение в конфликтологию: понятие конфликта, причины возникновения конфликтов. Признаки, структура конфликта.	1	1	-	-	-
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Управление конфликтом</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
2.1.	Тема 2. Анализ конфликта, стадии его разрешения. Конфликтогены.	1	1	-	-	-
2.2.	Тема 3. Способы поведения в конфликте.	1	1	-	-	-
2.3.	Тема 4. Решение кейс-ситуаций на определение способа поведения в конфликте.	1	-	1	-	-
2.4.	Тема 5. Социально-психологический портрет конфликтной личности и ее диагностика.	1	1	-	-	-
2.5.	Тема 6. Проведение собственной диагностики на определение уровня конфликтности.	1	-	1	-	-
2.6.	Тема 7. Особенности взаимодействия с конфликтными личностями.	1	-	1	-	-
2.7.	Тема 8. Насилие в	1	1	-	-	-

	конфликтах. Типология насилия в конфликтах.					
2.8.	Тема 9. Основные пути профилактики насилия в конфликтах.	1	1	-	-	-
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Типология конфликтов.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	-	-	<b>зачет</b>
3.1.	Тема 10. Внутриличные, межличностные и групповые конфликты.	1	1	-	-	-
3.2.	Тема 11. Семейные конфликты.	1	1	-	-	-
3.3.	Тема 12. Социально-трудовые конфликты.	1	1	-	-	-
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Конфликты в социально-педагогическом процессе</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
4.1.	Тема 13. Феномен буллинга и кибербуллинга: методы реагирования.	1	1	-	-	-
4.2.	Тема 14. Решение кейс-ситуаций по теме «Буллинг. Кибербуллинг».	1	-	1	-	-
4.3.	Тема 15. Предупреждение и урегулирование конфликтов в социально-педагогическом процессе.	1	-	1	-	-
4.4.	Тема 16. Тренинг на командообразование, решение конфликтных ситуаций.	2	-	2	-	-
4.5.	Тема 17. Упражнения, приемы и методы для профилактики конфликтов в школьной	1	-	1	-	-

	и студенческой среде.					
4.6.	Тема 18. Тренинг на саморегуляцию эмоционального состояния в конфликтных ситуациях.	2	-	2	-	-
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Эффективные переговоры. Основы медиации.</b>	<b>13</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>зачет</b>
5.1.	Тема 19. Навыки эффективного общения. Техника активного слушания.	1	-	1	-	-
5.2.	Тема 20. Эффективные переговоры: понятие, цель, техники.	1	-	1	-	-
5.3.	Тема 21. Основы процедуры медиации: понятие, принципы, роль медиатора. Порядок проведения медиации	1	1	-	-	-
5.4.	Тема 22. Проигрывание процедуры переговоров (медиации, Круг сообщества) по заданной кейс-ситуации.	2	-	2	-	-
5.5.	Тема 23. Конфликтные ситуации делового общения.	1	1	-	-	-
5.6.	Тема 24. Игра-тренинг «Внутриличностные конфликты»	2	-	2	-	-
5.7.	Тема 25. Прогнозирование конфликтных ситуаций и конфликтов.	1	1	-	-	-

5.8.	Тема 26. Основы преодоления стрессовых последствий конфликта: аутогенная тренировка.	2	-	2	-	-
5.9.	Тема 27. Решение кейс-ситуаций: способы решения конфликтов.	1	-	1	-	-
6.	<b>Аттестация по курсу (зачет в форме теста и кейс-ситуаций)</b>	1	-	-	1	<b>зачет</b>
7.	<b>Обратная связь</b>	-	-	-	-	анкета
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>13</b>	<b>19</b>	<b>4</b>	-

## 2.2. Календарный учебный график

Дата, месяц	Наименование раздела/тема	Всего часов	Тип занятия	Форма контроля на платформе moodle
сентябрь	<b>Раздел 1. Конфликт как социальный феномен общественной жизни.</b>	1		<b>Входная диагностика</b>
4.09	Тема 1. Введение в конфликтологию: понятие конфликта, причины возникновения конфликтов. Признаки, структура конфликта.	1	лекция	
сентябрь	<b>Раздел 2. Управление конфликтом</b>	<b>9</b>		<b>зачет</b>
9.09	Тема 2. Анализ конфликта, стадии его разрешения. Конфликтогены.	1	лекция	
11.09	Тема 3. Способы поведения в конфликте.	1	лекция	
16.09	Тема 4. Решение кейс-ситуаций на определение способа поведения в конфликте.	1	практика	
18.09	Тема 5. Социально-психологический портрет конфликтной личности и ее диагностика.	1	лекция с элементами игры	
23.09	Тема 6. Проведение собственной диагностики на определение уровня конфликтности.	1	практика	
25.09	Тема 7. Особенности взаимодействия	1	лекция	



	с конфликтными личностями.			
30.09	Тема 8. Насилие в конфликтах. Типология насилия в конфликтах.	1	лекция	
2.10	Тема 9. Основные пути профилактики насилия в конфликтах.	1	лекция	
октябрь	<b>Раздел 3. Типология конфликтов.</b>	<b>3</b>		<b>зачет</b>
7.10	Тема 10. Внутриличные, межличностные и групповые конфликты.	1	лекция с элементами игры	
9.10	Тема 11. Семейные конфликты.	1	лекция	
14.10	Тема 12. Социально-трудо-вые конфликты.	1	лекция с элементами игры	
октябрь	<b>Раздел 4. Конфликты в социально-педагогическом процессе</b>	<b>9</b>		<b>зачет</b>
16.10	Тема 13. Феномен буллинга и кибербуллинга: методы реагирования.	1	групповая дискуссия	
21.10	Тема 14. Решение кейс-ситуаций по теме «Буллинг. Кибербуллинг».	1	практика	
23.10 28.10	Тема 15. Предупреждение и урегулирование конфликтов в социально-педагогическом процессе.	1	практика	
30.10 5.11	Тема 16. Тренинг на командообразование, решение конфликтных ситуаций.	2	практика	
7.11	Тема 17. Упражнения, приемы и методы для профилактики конфликтов в школьной и студенческой среде.	1	практика	
11.11 13.11	Тема 18. Тренинг на саморегуляцию эмоционального состояния в конфликтных ситуациях.	2	практика	
ноябрь	<b>Раздел 5. Эффективные переговоры. Основы медиации.</b>	<b>13</b>		<b>зачет</b>
18.11	Тема 19. Навыки эффективного общения. Техника активного	1	лекция с элементами	

	слушания.		игры	
20.11	Тема 20. Эффективные переговоры: понятие, цель, техники.	1	лекция	
25.11	Тема 21. Основы процедуры медиации: понятие, принципы, роль медиатора. Порядок проведения медиации	1	лекция	
27.11 2.12	Тема 22. Проигрывание процедуры переговоров (медиации, Круг сообщества) по заданной кейс-ситуации.	2	практика	
4.12	Тема 23. Конфликтные ситуации делового общения.	1	лекция	
9.12 11.12	Тема 24. Игра-тренинг «Внутриличностные конфликты»	2	практика	
16.12	Тема 25. Прогнозирование конфликтных ситуаций и конфликтов.	1	лекция	
18.12	Тема 26. Основы преодоления стрессовых последствий конфликта: аутогенная тренировка.	1	практика	
23.12	Тема 27. Решение кейс-ситуаций: способы решения конфликтов.	2	практика	
25.12	<b>Аттестация по курсу (зачет в форме теста и кейс-ситуаций)</b>	<b>1</b>		<b>зачет</b>
25.12	<b>Обратная связь</b>	-	-	анкета
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	-	-

### 3. Содержание программы

**Входная диагностика.** Проведение анкеты «Мои ожидания от курса»

#### **Раздел 1. Конфликт как социальный феномен общественной жизни (1ч).**

Тема 1. Введение в конфликтологию: понятие конфликта, причины возникновения конфликтов. Признаки, структура конфликта.

#### **Раздел 2. Управление конфликтом (8ч).**

Тема 2. Анализ конфликта, стадии его разрешения. Конфликтогены.

Тема 3. Способы поведения в конфликте.

Тема 4. Решение кейс-ситуаций на определение способа поведения в конфликте.

Тема 5. Социально-психологический портрет конфликтной личности и ее диагностика.

Тема 6. Проведение собственной диагностики на определение уровня конфликтности.

Тема 7. Особенности взаимодействия с конфликтными личностями.

Тема 8. Насилие в конфликтах. Типология насилия в конфликтах.

Тема 9. Основные пути профилактики насилия в конфликтах.

**Зачет** (тестовая работа) (1ч).

### **Раздел 3. Типология конфликтов (3ч).**

Тема 10. Внутриличностные, межличностные и групповые конфликты.

Тема 11. Семейные конфликты.

Тема 12. Социально-трудовые конфликты.

**Зачет** (тестовая работа) (1ч).

### **Раздел 4. Конфликты в социально-педагогическом процессе (8ч).**

Тема 13. Феномен буллинга и кибербуллинга: методы реагирования.

Тема 14. Решение кейс-ситуаций по теме «Буллинг. Кибербуллинг».

Тема 15. Предупреждение и урегулирование конфликтов в социально-педагогическом процессе.

Тема 16. Тренинг на командообразование, решение конфликтных ситуаций.

Тема 17. Упражнения, приемы и методы для профилактики конфликтов в школьной и студенческой среде.

Тема 18. Тренинг на саморегуляцию эмоционального состояния в конфликтных ситуациях.

**Зачет** (тестовая работа) (1ч).

### **Раздел 5. Эффективные переговоры. Основы медиации (12ч).**

Тема 19. Навыки эффективного общения. Техника активного слушания.

Тема 20. Эффективные переговоры: понятие, цель, техники.

Тема 21. Основы процедуры медиации: понятие, принципы, роль медиатора.

Порядок проведения медиации

Тема 22. Проигрывание процедуры переговоров (медиации, Круг сообщества) по заданной кейс-ситуации.

Тема 23. Конфликтные ситуации делового общения.

Тема 24. Игра-тренинг «Внутриличностные конфликты»

Тема 25. Прогнозирование конфликтных ситуаций и конфликтов.

Тема 26. Основы преодоления стрессовых последствий конфликта: аутогенная тренировка.

Тема 27. Решение кейс-ситуаций: способы решения конфликтов.

**Аттестация по курсу** (зачет в форме теста и кейс-ситуаций) (1 ч).

**Обратная связь.** Заполнение анкеты удовлетворенности данной программой.

#### **4. Ожидаемые результаты**

Планируемым результатом обучения будет освоение теоретических и практических знаний, умений и навыков, а также формирование у обучающихся ключевых компетенций – когнитивной, коммуникативной, информационной, социальной, ценностно-смысловой, личностного самосовершенствования.

В результате освоения Программы, обучающиеся должны достигнуть следующей подготовленности:

*Знать:*

- основы понятий «конфликт» и «конфликтная ситуация»: характерные черты, цели, принципы, структура, типология;
- принципы и процедуру проведения медиации;
- техники ведения переговоров;
- способы реагирования в конфликтных ситуациях и их решения.

*Уметь:*

- самостоятельно пользоваться информационно-справочными материалами, в том числе в сети Интернет;
- вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- конструктивно разрешать конфликты;
- самостоятельно контролировать своё поведение в эмоционально-напряжённой обстановке и управлять им;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности препятствия на пути достижения целей.

*Владеть:*

- навыками бесконфликтного поведения;
- коммуникативными навыками.

#### **5. Контрольно-измерительные материалы**

*Пример входной диагностики (мои ожидания от курса)*

1. Почему Вы решили изучать курс «Конфликты в нашей жизни: способы и решения»?
2. Что Вы знаете об особенностях конфликта и конфликтных ситуаций?
3. Что Вы ждете от данного курса?
4. Готовы ли Вы в дальнейшем участвовать в разработке и корректировке данного курса?

*Пример анкеты «Обратная связь» после завершения курса*

1. Какие темы вызвали у Вас наибольший интерес?
2. С какими трудностями Вы столкнулись при изучении данного курса? Каковы их причины, на Ваш взгляд?
3. Считаете ли Вы, что полученные знания и умения будут полезны в Вашей дальнейшей профессиональной деятельности? Аргументируйте свой ответ.
4. Ваши предложения по совершенствованию курса.

## **6. Формы аттестации**

С целью облегчения контроля знаний в конце каждой темы на платформе moodle (на сайте колледжа) помещен перечень вопросов для проверки знаний обучающихся, которая проходит по системе «зачет». Итоговая аттестация проводится в форме зачета (тестовая работа с кейс-ситуациями).

## **7. Ресурсное обеспечение и список литературы**

### **7.1. Кадровые условия реализации программы**

К реализации программы привлекаются преподаватели профессиональных дисциплин и модулей на специальностях, реализуемые в колледже, имеющие высшее педагогическое образование, а также прошедшие дополнительное образование по основам конфликтологии.

### **7.2. Материально-технические условия реализации программы**

<i>Наименование помещения</i>	<i>Вид занятий</i>	<i>Наименование оборудования, программного обеспечения</i>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Аудитория	Лекции	Компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска, флипчарт
Лаборатория, компьютерный класс	Практические занятия с применением упражнений, игр; зачеты, тестирование	Оборудование, оснащение рабочих мест, канцтовары, видеоматериалы, опорные

### 7.3. Учебно-методическое обеспечение программы

- печатные раздаточные материалы;
- учебные пособия и профильная литература (по списку);
- электронные ресурсы (по списку).

#### Учебные пособия и профильная литература:

1. Горчакова, Е.Б. Конфликтология: психологический практикум: учебное пособие. – Владивостокский государственный университет экономики и сервиса. – Владивосток : ВГУЭС, 2019. – 80 с.
2. Емельянов, С.М. Конфликтология: учебник и практикум для вузов. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 322 с.
3. Кашапов, М.М. Основы конфликтологии: учебное пособие для вузов. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 116 с.
4. Николаева, А.А., Хлебников, А.С. Педагогическая конфликтология: задачи, тесты, тренинговые упражнения: учебное пособие. – Москва : ФГБОУ ВО МГППУ, 2023. – 120 с.
5. Панфилова, А.П. Психолого-педагогические основы общения: учебник для среднего профессионального образования / А. П. Панфилова, А. В. Долматов. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 174 с.

#### Профильные сайты:

1. Сборник материалов программы «Травли NET»:  
<https://portal.gnezdo.live/course/2425/about>
2. Школьные службы примирения Антон Коновалов: <https://www.8-926-145-87-01.ru/>