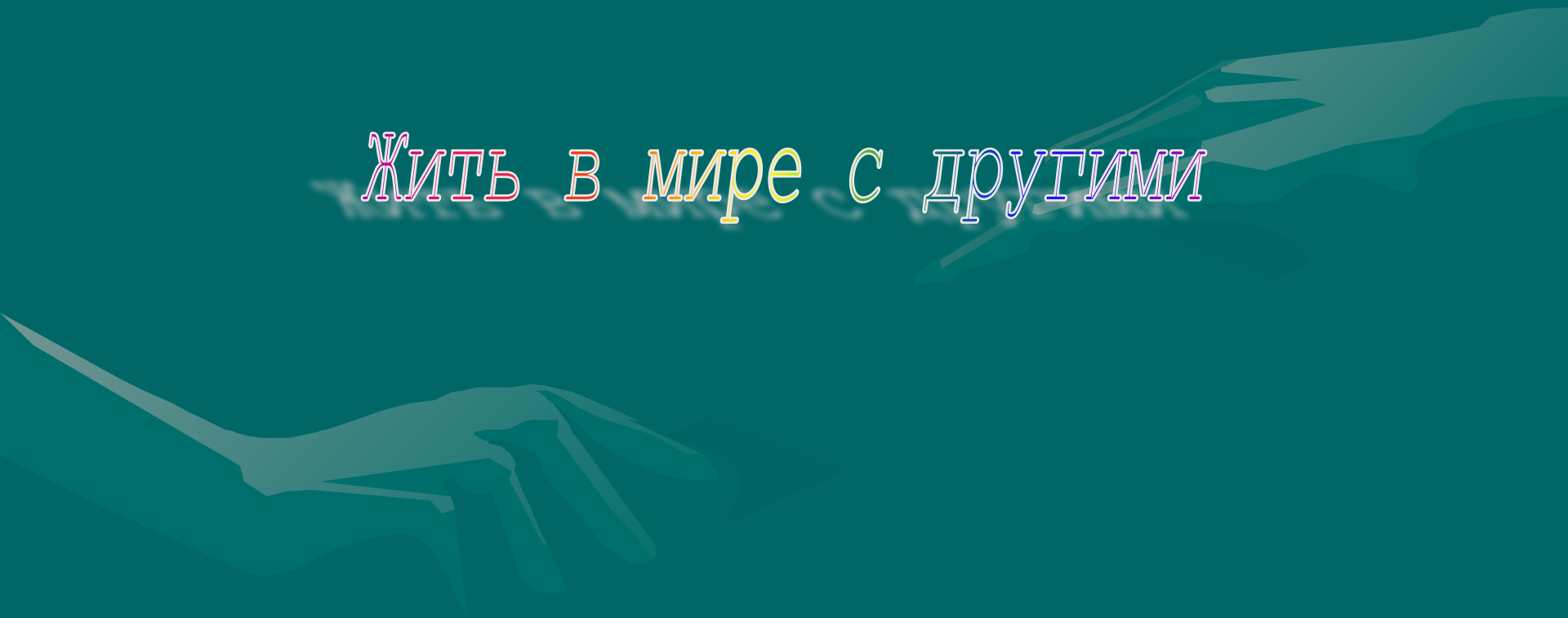
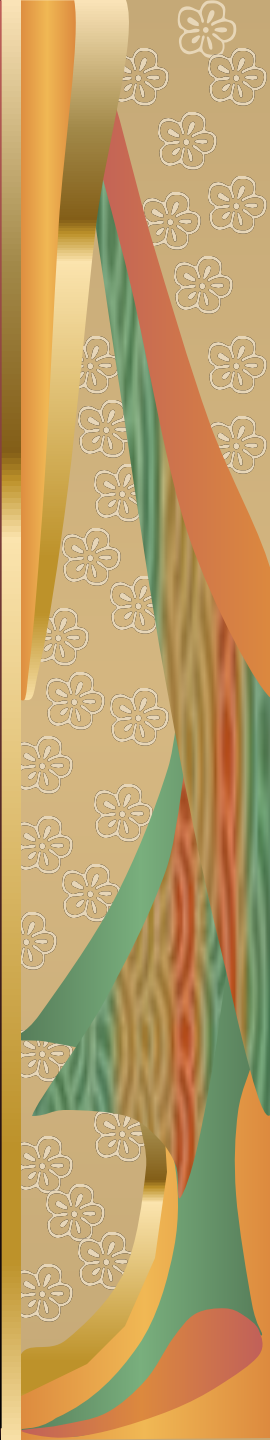


Толерантность

ЖИТЬ В МИРЕ С ДРУГИМИ



- 1. Иммануил Кант: « Терпимость состоит в том, чтобы без раздражительности переносить недостатки других, хотя бы испытывать при этом неудовольствие».
- 2. Антуан де Сент Экзюпери: « Если я чем-то на тебя не похож, я этим вовсе не оскорбляю тебя, а, напротив, одаряю».
- 3. Пифагор: « Живи с людьми так, чтобы твои друзья не стали недругами, а недруги стали друзьями».



Высказывания о толерантности

То, что начато в гневе, кончается в стыде

Л.Н.Толстой.

Любите, но не требуйте любви к себе

С.Саровский

Лучший способ поддержать себя – поддержать другого

М.Твен

Терпением мы можем добиться большего, чем силой

Э.Берн

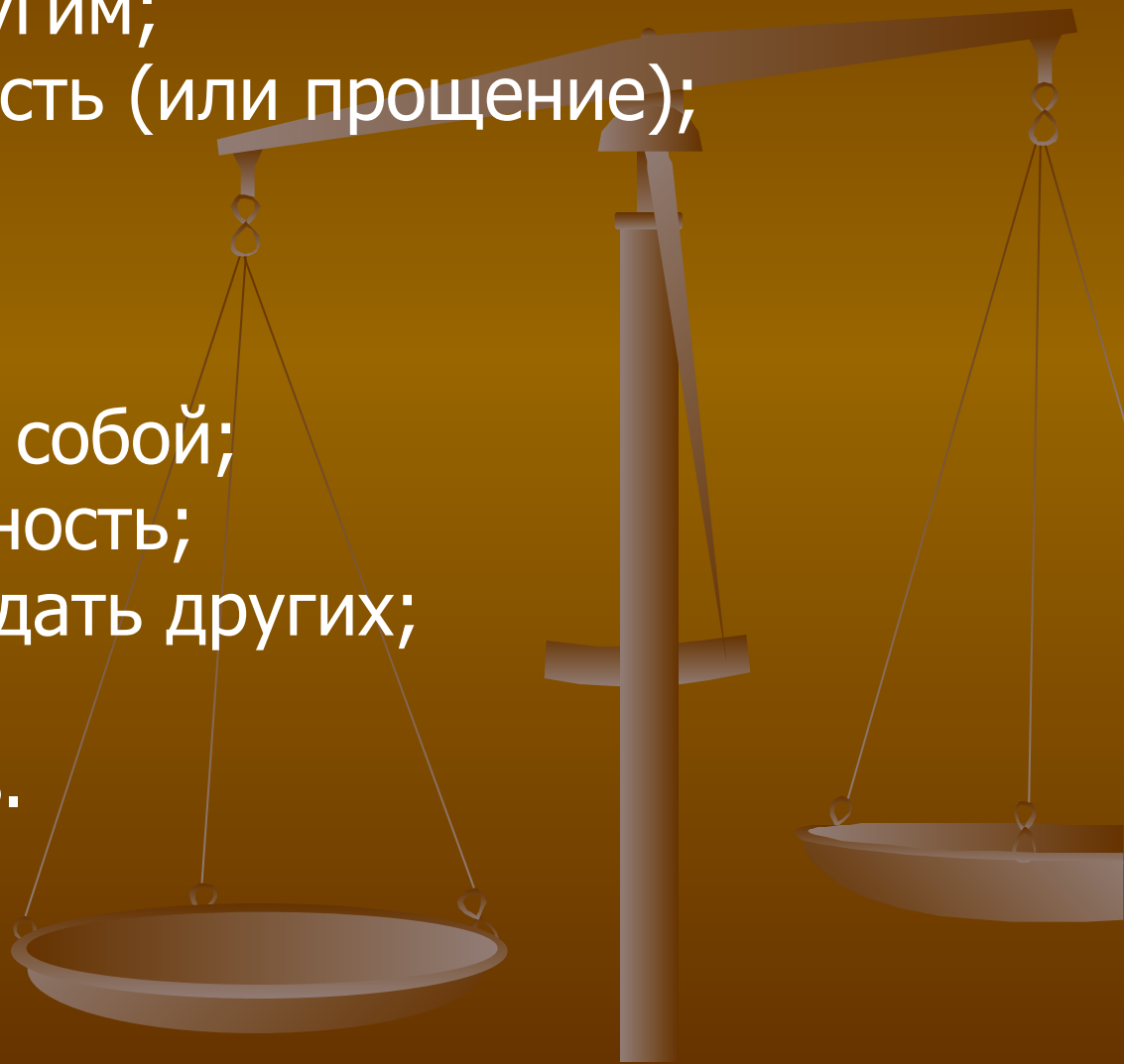
Каждая нетерпимость есть знак слабости

Н.Рерих



Компоненты толерантности

- - Внимание к другим;
- - снисходительность (или прощение);
- - терпение;
- - доверие;
- - альтруизм;
- - умение владеть собой;
- - доброжелательность;
- - умение не осуждать других;
- - эмпатия;
- - умение слушать.



Диапазон оценок: от 0 до 50.

- 0-12,5 - низкий уровень проявления толерантности, т.е. терпимости по отношению к другим.
- 12,5 - 25 средний уровень.
- 25-37,5 - уровень выше среднего.
- 37,5- 50 - высокий уровень толерантности, доброжелательности к другим.

Любовь

Любовь долготерпит,
милосердствует,

любовь не завидует,

Любовь не превозносится,

не гордится, не бесчинствует, не
ищет своего,

не раздражается, не мыслит зла,

не радуется неправде, а сорадуется
истине;

все покрывает, всему верит всего
надеется все переносит



1.Аттракция

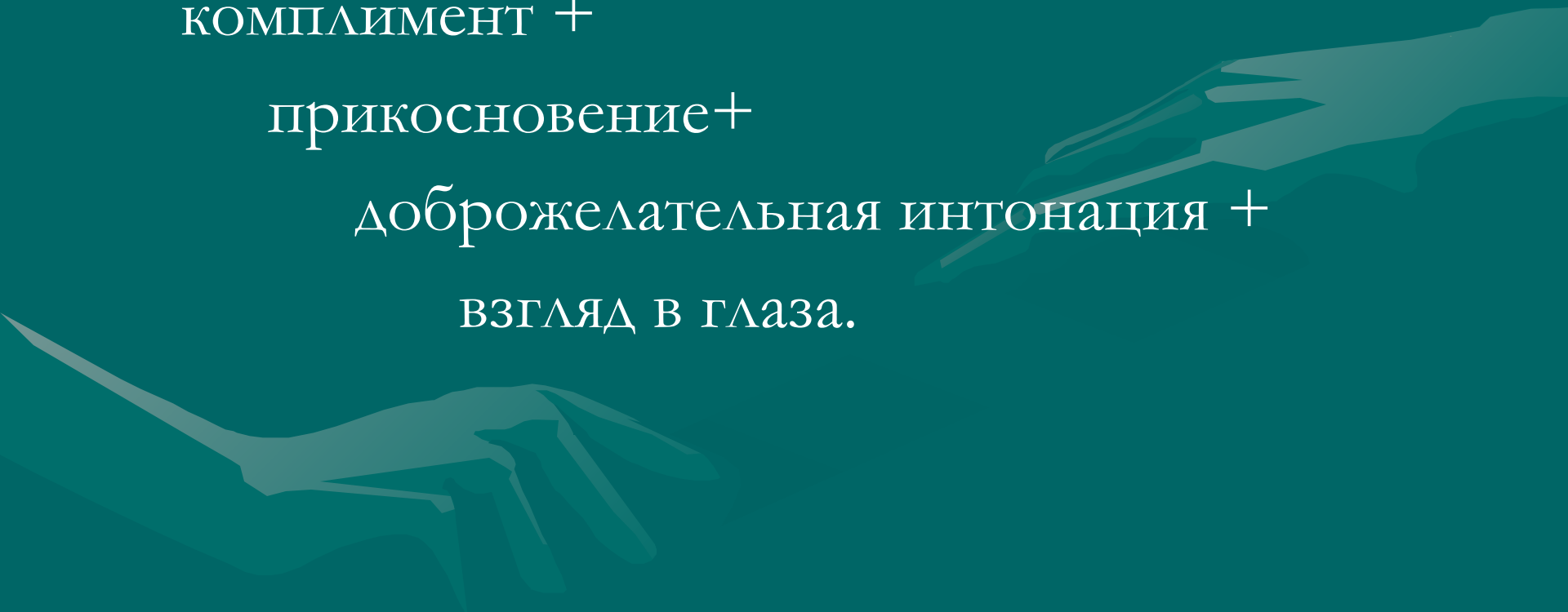
Улыбка+

КОМПЛИМЕНТ +

прикосновение+

доброжелательная интонация +

ВЗГЛЯД В ГЛАЗА.



2. Основная часть

Я + чувство + описание ситуации.

Пример: «Мне больно, когда на меня кричат».

Необходимо говорить только от 1-го лица:
мне, меня, мое.

Такая фраза позволяет вам безопасно для себя
и собеседника высказать свои негативные
эмоции.

3. Заключительная часть

Приглашение к сотрудничеству:

«Давай договоримся в следующий раз..»

«Я предлагаю...»

Этой фразой вы показываете свое доброе расположение к собеседнику и настрой на сотрудничество.