

## Терпение и терпимость

«Чтобы быть сильным, надо быть как вода.  
Нет препятствий — она течет; плотина — она остановится;  
прорвется плотина — она снова потечет;  
в четырехугольном сосуде она четырехугольна;  
в круглом она кругла.  
Оттого, что она так уступчива, она нежней всего и сильней всего».

Прежде чем озвучить тему нашей **встречи**, мы хотим у вас спросить:

Какие чувства особенно сложно бывает проявлять в отношениях с окружающими, а в отношении детей? (*ответы*)

Для проявления доброжелательности, снисходительности, **терпеливости** часто требуются душевные усилия. Что помогает преодолевать трудности, быть добрым? (*ответы*)

**Терпение и терпимость** — это тема нашей встречи.

Как вы думаете слова **терпение и терпимость** обозначают одно и то же или нет? (*ответы*)

**Терпимость** – русское слово и означает способность человека уважительно относиться к людям, которые чем-то отличаются от него. Это же качество называется – Толерантностью. **Терпимость** воспринимается как милосердие, снисхождение, понимание.

Один человек как бы говорит другому: «Мы разные, мои убеждения противоречат вашим, но вы имеете на них право. Я готов **терпеть ваши убеждения**» Очень важно уважать мнение других людей, быть снисходительным к их промахам и ошибкам.

Следует различать понятия **терпимость и терпение**.

Как вы думаете **терпение** – это слабость человека или его сила? (*ответы*)

Сила, поскольку это высокое качество души, спокойно деятельно и глубоко заботиться о другом человеке. В душевном усилии и проявляется истинное чувство и человеческая доброта.

Чем отличаются понятия **«терпение»** и **«терпимость»**?

И то и другое важно в отношениях людей. **Терпение** обозначает качество характера, важное во взаимоотношениях, потому что помогает жить в мире и

согласии. **Терпимость** – это спокойное отношение человека к непривычным для него особенностям других людей.

Чему способствует **терпимость**? (Ответы)

- Сохранению добрососедских отношений,
- проявлению взаимного уважения к людям других национальностей,
- проявлению взаимного уважения к традициям и убеждениям других людей.

Важно понимать, что другой - это не враждебный, а просто иной. «*Мы разные, мои убеждения противоречат вашим, но вы имеете на них право*».

Каждый человек по- своему неповторим. Люди нужны и интересны друг другу как раз потому, что они отличаются друг от друга. Люди должны взаимообогащаться, тогда мир будет красочным и разнообразным.

Проявлять **терпимость** – это значит признавать то, что люди различаются по внешнему виду, положениям, интересам, поведению и ценностям и обладают правом жить в мире, сохраняя при этом свою индивидуальность.

Ведь мы с вами такие разные...

- А какие мы сами?
- Чем мы отличаемся друг от друга?

-Мы часто хотим быть такими же, как и все остальные, и страдаем, чувствуя, что отличаемся от других. Иногда действительно хорошо, что мы - как все, но не менее важна и наша индивидуальность. Ее можно и нужно ценить.

### **Дискуссия о пределах терпимости.**

(Примерный перечень вопросов и тем для обсуждения).

Существует ли предел, граница терпимости?

К чему (к кому) можно испытывать терпимое отношение?

Что происходит за границами предела терпимого отношения?

Как сохранить способность к ненасильственному действию за границами терпимого отношения? (За счет перерастания терпимости в терпение).

В каких случаях допустимо принуждение?

В каких формах (жестких или мягких)?

Что включает в себя этика собственного достоинства? Какое место в ней

занимает терпимость именно для Вас? Почему?

Как жить, не скупясь и в то же время не растрачивая попусту духовную энергию?

Как понимать мудрое предостережение христианских традиций: «Не сыпьте бисер свой перед свиньями», «Благими намерениями устланы дороги в ад»?

Что такое терпимое отношение к детям?

К каким детям легче проявлять терпимое отношение? Почему? К каким детям трудно проявлять терпимость?

Что можно прощать ребенку? Что нельзя прощать? А не является ли наше прощение потаканием, попустительством? Почему?

**Терпение** означает действие или состояние; способность человека сохранять выдержку, самообладание. **Терпение** помогает воспитывать волю, закалять организм, добиваться осуществления принятых решений.

Все вы знаете, что любое, даже нехитрое дело, требует **терпения**. Давайте представим, как бабушка вяжет: она **терпеливо** накидывает на спицу петельку за петелькой, считает их, чтобы вышло ровно и красиво. Никуда не спешит, вяжет молча, сосредоточенно.

А теперь вспомним как повар готовит обед:

Режет овощи, варит бульон, картошку или макароны. Несколько часов повар не отходит от стола и плиты, пока не приготовит обед для вас.

**Терпение необходимо и вам.** Когда вначале какое-то дело не получается, не стоит огорчаться. Просто надо повторить его ещё и ещё раз, пока не придёт умение. Недаром говорится: «*Есть терпение – будет и умение*». С первого раза умение не приходит никогда.

Будьте **терпимыми друг к другу**, ко всем окружающим людям. Будьте **терпеливыми** в достижении своих целей.

Наше занятие я хочу закончить словами поэта Эдуарда Асадова:

Будь добрым, не злись, обладай **терпеньем**.

Запомни: от светлых улыбок твоих

Зависит не только твое настроенье,

Но тысячу раз настроенье других.

### Алгоритм терпимого отношения к ребенку.

- ✚ Сдержите негативные эмоции по отношению к ребенку.
- ✚ Постарайтесь увидеть что-то позитивное в ребенке - внешний вид, поведение, черты характера или качества личности.
- ✚ Попробуйте понять мотивацию поступков ребенка. Осознание мотивов поведения частично нейтрализует раздражение.
- ✚ На этой основе примите ребенка таким, каков он есть, со всем положительным и тем, что вы считаете недостатком. Простите его за это.
- ✚ Попытайтесь изменить свое отношение и поведение к ребенку.
- ✚ Попробуйте воздействовать на мотивацию ребенка с целью ее изменения.
- ✚ Если ни то, ни другое не удастся, признайте право на несовершенство ребенка и откажитесь от внутреннего, а значит, и внешнего сопротивления воздействовать и исправлять ребенка. Ведь Вы и сами в чем-то не безгрешны?!
- ✚ При сохранении внутреннего дискомфорта от общения с ребенком найдите приемлемый путь его погашения.
- ✚ Проведите анализ своего эмоционального состояния. Попробуйте проанализировать, почему именно эти качества не принимаются вами в ребенке. Возможно, это связано с собственным эгоцентризмом. Может быть, поэтому важнее для Вас собственное эмоциональное благополучие, нежели переживания по поводу того, что Вам не нравится в ребенке.

*Подготовил педагог-психолог «Центра ТМСС»*

*Ирина Владимировна Чухломина*