

## Памятка по развитию толерантности

Позицию человека по отношению к другому можно отразить в следующих вариантах:

«Я хороший – ты плохой»;

«Я плохой – ты хороший»;

«Я плохой – ты плохой»;

«Я хороший – ты хороший».

Последний вариант отражает позицию толерантного человека. То есть первый шаг к развитию толерантности – уважение к себе, своей стране, своим традициям.

**ЧЕРТЫ ТОЛЕРАНТНОЙ ЛИЧНОСТИ:** терпение, умение владеть собой, доверие, чуткость, способность к сопереживанию, снисходительность, расположение к другим, чувство юмора, терпимость к различиям, доброжелательность, гуманизм, любознательность, умение слушать, несклонность осуждать других, альтруизм

### ПРАВИЛА ТОЛЕРАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ

1. Научись понимать другого человека, сопереживать.
2. Научись прощать.
3. Будь терпимым к чужому мнению.
4. Уважай пожилых людей.
5. Умей слышать и слушать.
6. Умей дать совет, выслушать совет другого человека.
7. Знакомьтесь с другими культурами (традициями).
8. Не повышай голос на другого человека.
9. Будь милосердным.
10. Принимай людей такими, какие они есть.
11. Проявляй терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению.
12. Уважай права другого человека, не осуждай.
13. Сотрудничай с родителями, гордись ими. И тогда твоя жизнь изменится к лучшему!

### КАК РЕАЛИЗОВАТЬ ПРИНЦИПЫ ТОЛЕРАНТНОСТИ

- Не стремись подчинить себе другого человека. Толерантность строится только на основе равенства позиций. Это понятие обязательно включает уважение достоинства каждого, право на наличие и сохранение индивидуальности.
- Изучай другого человека, Незнание, как известно, нередко порождает непонимание. Знакомство с культурой, традициями, образом жизни представителей других национальностей позволит перевести присущую многим людям оценочную деятельность в познавательную.
- Прими другого человека таким, какой он есть. Это условие означает, что мы должны не переделывать друг друга, а воспринимать другого как нечто целое со всеми индивидуальными особенностями.
- Акцентируй внимание на объединяющих факторах. Для достижения толерантного взаимодействия важно найти то, что объединяет партнеров, а не разъединяет их.
- Относись ко всему с чувством юмора. Способность посмеяться над собой – важная черта толерантной личности. У того, кто может посмеяться над собой, меньше потребность чувствовать превосходство над другими.
- В любой конфликтной ситуации учись находить и предлагать оптимальное решение. Учись признавать свою неправоту и при необходимости извиняться.

*Пусть каждый из вас, ваш класс, ваша школа, наш город и наша страна всегда будут маленькими Планетами Толерантности для всех!*