

Дорогие друзья!

«Если вы просто общаетесь, вы можете обойтись. Но если вы общаетесь умело, вы можете творить чудеса!»

Правила общения с людьми:

× Будьте вежливы. И не имеет значения, разговариваете ли вы с родителями или другом - хамство и грубость еще никому не сослужили хорошую службу.

× Четко изъясняйтесь. Старайтесь коротко и ясно излагать свои мысли.

× Называйте собеседника по имени или имени отчеству.

× Старайтесь быть честными. Говорите правду. Не бойтесь правды, высказанной в ваш адрес.

× Будьте естественны в общении.

× Не загрязняйте свою речь нецензурными словами.

× Больше слушайте, меньше говорите.

× Думайте прежде чем сказать.

× Не перебивайте старших.

× Не старайтесь себя оправдать (меня не понимают, не ценят).

× Помните, по своей природе общение - это ежедневный труд.



Правила общения со сверстниками:

× Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.

× Попросили - дай, пытаются отнять - старайся защититься.

× Не дерись без причины.

× Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.

× Играй честно, не подводи своих товарищей.

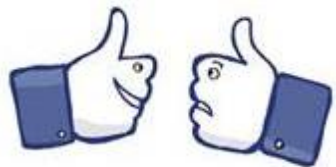
× Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.

× Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

× Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

× Старайся быть аккуратным.

× Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.



И самое главное: относись к людям так, как хочешь чтобы люди относились к тебе!



Помни: ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты - неповторимый для самого себя, родителей, друзей!



Улыбка творит чудеса!

Всегда улыбайтесь. Улыбка вызывает позитивные эмоции и положительный настрой, располагая к себе собеседника (или даже группу людей). А еще – это хороший... **«подниматель» настроения.**

Вы можете улучшить свое даже самое плохое настроение, если подойдете к зеркалу и начнете растягивать губы в улыбку. Движения мимических мышц подействуют на специальные центры головного мозга, и ваше настроение поднимется.

Вы имеете право:

- ✓ просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- ✓ иметь собственное мнение и убеждения;
- ✓ совершать ошибки, пока не найдено правильное решение;
- ✓ говорить «нет, спасибо», «извините, нет»;
- ✓ побыть в одиночестве, даже если другие хотят твоего общества.

Вместе с тем, вы не обязаны:

- ✓ быть безупречным на 100%;
- ✓ любить людей, приносящих вред;
- ✓ извиняться за то, что был самим собой;
- ✓ выбиваться из сил ради других;
- ✓ чувствовать себя виноватым за свои желания;
- ✓ выполнять неразумные требования;
- ✓ нести на себе тяжесть неправильного поведения своих товарищей.



Министерство социальной защиты населения
Владимирской области

Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
Владимирской области «Селивановский комплексный центр
социального обслуживания населения»

Отделение реабилитации детей с ограниченными возможностями и
ранней помощи

ОБЩАТЬСЯ - ЭТО ПРОСТО!



ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

