***ПАМЯТКА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ТОЛЕРАНТНОСТИ.***

1. *Помните, особого внимания требует умение управлять своим эмоциональным состоянием.*
2. *Помните, если другие не разделяют ваших точек зрения, это не показатель их несостоятельности.*
3. *Относитесь с иронией к значимости своей персоны, чаще улыбайтесь.*
4. *Не страдайте оттого, что не все упорядочено, строго, правильно в окру­жающей действительности и людях, принимайте окружающий мир таким, какой он есть, ведь для нас этот мир - единственный.*
5. *Больше общайтесь с разными людьми.*
6. *Если вы заинтересованы в продуктивном общении с людьми, обращайтесь к тому позитивному, что в них есть. Никогда не критикуйте личность, а давайте оценку только нега­тивному поступку (не «ты плохой», а «ты плохо поступил»).*
7. *Будьте терпимы к человеческим недостаткам и слабостям. В любой кон­фликтной ситуации учитесь находить и предлагать оптимальное решение.*
8. *Умейте признавать свою неправоту и при необходимости - извиняться.*
9. *Развивайте наблюдательность, учитесь понимать эмоцио­нальное состояние другого человека, постарайтесь поставить себя на его место и проанализировать поведение.*

***ПАМЯТКА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ТОЛЕРАНТНОСТИ.***

1. *Помните, особого внимания требует умение управлять своим эмоциональным состоянием.*
2. *Помните, если другие не разделяют ваших точек зрения, это не показатель их несостоятельности.*
3. *Относитесь с иронией к значимости своей персоны, чаще улыбайтесь.*
4. *Не страдайте оттого, что не все упорядочено, строго, правильно в окру­жающей действительности и людях, принимайте окружающий мир таким, какой он есть, ведь для нас этот мир - единственный.*
5. *Больше общайтесь с разными людьми.*
6. *Если вы заинтересованы в продуктивном общении с людьми, обращайтесь к тому позитивному, что в них есть. Никогда не критикуйте личность, а давайте оценку только нега­тивному поступку (не «ты плохой», а «ты плохо поступил»).*
7. *Будьте терпимы к человеческим недостаткам и слабостям. В любой кон­фликтной ситуации учитесь находить и предлагать оптимальное решение.*
8. *Умейте признавать свою неправоту и при необходимости - извиняться.*
9. *Развивайте наблюдательность, учитесь понимать эмоцио­нальное состояние другого человека, постарайтесь поставить себя на его место и проанализировать поведение.*