



13 листопада – День доброти

**Підготувала
практичний психолог
ЗЗСО «Перспектива»
Самохіна С.І.**

Людина починається з добра.
Сказав мудрець:
Живи, добро звершай!
Та нагород за це не вимагай!
Лише в добро та в вищу правду віра,
Людину відрізня від мавпи й звіра.
Хай оживає істина стара:
Людина починається з добра!



Сьогодні ми поговоримо про **ДОБРОТУ**.
Що таке доброта?



Доброта як якість особистості – здатність дивитися на світ очима природного стану душі, яка спочатку добра; це схильність проявляти м'яке серце і невибагливість по відношенню до інших, робити їм добро.

**Доброта – це *ВЧИНОК!* Ця дія!
Доброта – це стан, який
виражається в турботі і
дружньому розташуванні до людей,
тварин і**



**Доброта – це те, *що може
почути глухий і побачити сліпий.*
Марк Твен**

Добрим бути просто чи не просто?

Не залежить доброта від зросту,

Не залежить доброта від багатства,

Доброта з роками не зникає,

Доброта, як сонце, ніколи не заходить.



Дуже доброю традицією для багатьох країн стало щорічне святкування 13 листопада Всесвітнього дня Доброти (World Kindness Day), **датою для якого був вибраний день відкриття в 1998 році в Токіо 1-ї конференції Всесвітнього руху доброти (World Kindness Movement)**. В даному заході брали участь представники Австралії, Канади, Японії, Таїланду, Сінгапуру, **В Руху** приєдналися



І сьогодні приєднатися до них можуть всі бажаючі-зробити добрий, щирий, благородний вчинок. Тим більше, що **основне спілкування учасників Руху відбувається за допомогою інтернету, де на своїх ресурсах вони розповідають про ідеї благих справ і способи їх втілення.**

У Руху є свій офіційний документ – «Декларація доброти», яка говорить: «Ми визнаємо фундаментальну важливість простої людської доброти, як основної умови доставляє задоволення і осмисленого життя, і цим документом проголошуємо створення Всесвітнього руху доброти. Ми будемо прагнути об'єднатися через організації в кожній країні і з допомогою створення всесвітньої мережі, і створити більш добрий і більш повний співчуття світ».



На що схожа
доброта?



Доброта



ЩЕДРІСТЬ

**МИЛОСЕРДД
Я**

ЧУЙНІСТЬ

**ПРИВІТНІС
ТЬ**

ПОВАГА

Доброта

**ДОПОМОГ
А**

ЛЮБОВ

ЛАСКА

**СПІВЧУТТ
Я**

**ПРИХИЛЬНІСТ
Ь**



ПРИТЧА

Колись давно старий відкрив своєму онукові одну життєву істину:

- У кожній людині йде боротьба, дуже схожа на боротьбу двох вовків. Один вовк представляє зло: заздрість, ревності, жаль, егоїзм, амбіції, брехню. Інший вовк представляє добро: мир, любов, надію, істину, доброту і вірність.

Онук, зворушений до глибини душі словами

діда, задумався, а потім запитав:

- А який вовк в кінці перемагає?

Старий усміхнувся і відповів:

- Завжди перемагає той вовк, якого ти годуєш.

**Доброта - це якість,
прояв якої ніколи не
буває зайвим**



У доброї людини гарний настрій, їй завжди легко. Добра людина радісна, весела, їй хочеться поділитися радістю з усіма.



Добра людина помічає красу оточуючого світу.

Правила доброти

- ❖ **Допомагайте тим, хто має у цьому потребу.**
- ❖ **Не будьте жадібними.**
- ❖ **Жалійте інших.**
- ❖ **Вибачайте помилки інших.**
- ❖ **Бережіть рідні краєвиди, охороняйте їх.**
- ❖ **Шануйте і поважайте працю інших**
- ❖ **Поважайте старших**
- ❖ **Любіть і поважайте своїх батьків**

ТОП

30

добрих справ

1. подякуй батькам
2. здай непотрібні книги у бібліотеку
3. допоможи комусь поприбирати
4. притримай двері для людини, що йде позаду тебе
5. поступися чергою
6. почитай дітям/старшим
7. поверни візок назад у супермаркет
8. напиши лист тому, хто вплинув на твоє життя
9. відвідай притулок для тварин
10. відправ іграшки у дитячий будинок
11. зроби годівничку для пташок
12. зателефонуй свої рідним (бабусям, дідусям)
13. будь другом, який вислухає
14. здай кров
15. обійми когось
16. скажи своїм дітям, що ти їм вдячний
17. приготуй пиріг для своїх співробітників
18. менше жалійся
19. напиши позитивний пост у соціальній мережі
20. будь ввічливим за кермом
21. пробач комусь
22. поприбитай
23. пристебни ремінь безпеки
24. приймай душ швидше (бережи воду!)
25. подбай про своє тіло
26. скажи комусь щось хороше про когось
27. весь день приходь всюди вчасно
28. подаруй подарунки випадковим перехожим
29. помирися із старим другом
30. запропонуй допомогу співробітнику

В сучасному високотехнологічному і швидкісному світі все частіше людські почуття та моральні якості відходять на другий план, і зокрема – доброти серед нас стало набагато менше – цей факт, на жаль, очевидний. Тому сьогоднішнє свято – ще один привід згадати про такі якості і категорії людських відносин як Доброта.

Робити добро зовсім нескладно, а результат у добрих справ і вчинків колосальний.

Творити добрі справи – неймовірно просто, добро не вимірюється грошима, часом – не вимагає багато часу і сил, головне – почати. Навіть просто добра усмішка незнайомій людині – вже здатна творити чудеса, в тому числі й для самої людини, хто це Добро робить. Адже крім того, що добрі справи підвищують всім настрої, вони ще й як не можна краще впливають на самопочуття, підвищують життєвий тонус.



Згідно з дослідженням психологів і лікарів з різних країн, люди, які щодня роблять добрі справи, краще почувуються і фізично, відчують своє життя більш гармонійним, володіють кращим імунітетом, а значить – вони менше хворіють і довше живуть.

**Творіть добро і скрізь, де б
ви не були, пам'ятайте про
те , що ми всі - люди!!!**

·БУМЕРАНГ·



·ДОБРА·

**Добро повертається
добром!**