

The slide features a decorative border on the left side consisting of a vertical chain of overlapping stars in yellow and red. At the top, there are two horizontal brushstrokes in red and yellow. A large, stylized star in yellow and red is positioned in the top right corner. The background is a light yellow with faint, larger star shapes.

Классный час

на тему:
«МЕСТЬ ИЛИ ПРОЩЕНИЕ»

Гр. Э31-10
7.02.2013

Разновидности конфликтов

1. Неуправляемый конфликт
2. Холодная напряжённость
3. Избегание

В чём же вред таких конфликтов?

- 1) от конфликтов страдает достоинство человека.
- 2) на каждую минуту конфликта приходится 20 минут последующих переживаний.
- 3) страдает физическое здоровье – поражаются нервы, сердце, сосуды.


Правильное поведение при конфликте сохранит ваше здоровье, сделает спокойнее и счастливее не только вас, но и других.



Простить -


– это “перестать упрекать”, “не держать зла”, “относиться терпимо к тому, что не принимаешь в других”; “не ждать, пока обидевший первый придет мириться”.

В словаре В. Даля «**простить** – делать простым от греха, вины, долга; освобождать от обязательства, миловать».



Месть - действие в отплату за причиненное зло,
возмездие за что-нибудь.

(Из словаря Д.И. Ожегова)



А надо ли мстить?

Или, может, стоит научиться прощать?

План мести:

1. «...набью морду»,
2. «...дам ему прямо в нос»,
3. «...тресну по уху, чтобы загудело по всей голове»,
4. «...скажу ему: «Ну что, попался на узенькой дорожке?»»
5. И т.д.

Что несут собой месть и прощение?

Мечь

обида и злость,
боль и
ненависть,
вражда, кровь,
тьма

грех
(смерть)

Прощение

радость и
добро,
счастье,
тепло, мир,
свет

МИЛОСТЬ
(ЖИЗНЬ)



The slide features a light yellow background with two horizontal brushstrokes in red and yellow. On the left side, there is a vertical column of overlapping stars in yellow and red. A large, stylized star in red and yellow is positioned in the top right corner.

(Николай Рерих)

*Любить – это значит прощать,
Прощать – это понять,
Понять – это значит знать,
Знать – значит приблизиться к
порогу мудрости.*

Никола́й Константи́нович Ре́рих (1874-1947) — русский художник — русский художник, сценограф, философ, философ-мистик, философ-мистик, писатель, философ-мистик, писатель и поэт, философ-мистик, писатель и поэт, путешественник, философ-мистик, писатель и поэт, путешественник, археолог, философ-мистик, писатель и поэт, путешественник, археолог, общественный деятель, педагог.



Игра «Ванька-встанька»

Встают те, если отвечают положительно, и садятся, если отвечают отрицательно.

Кто любит шутки?

Кто когда-нибудь подшучивал над своим другом?

Кто не любит, когда над ним подшучивают?

Кто получал прозвища?

Кто знает продолжение фразы: «Мирись, мирись и больше...»?

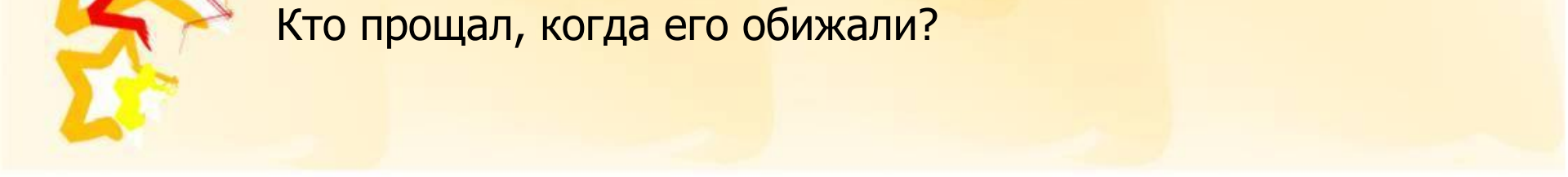
Кто хоть раз просил прощения, когда кого-то обидел?

Кто хотя бы раз оказался не прав в споре?

Кто согласен, что «на обиженном воду возят»?

Кто на злобные слова отвечает шуткой?

Кто прощал, когда его обижали?



Каковы причины непροщения?

- 1) **эгоизм** (человек воспринимает обиду как оскорбление своей личности, это его возмущает, задевает, ущемляет чувство собственного достоинства, все мысли направлены на свою персону, занят своими чувствами, переживаниями, считает, что обидчик должен первым подойти и попросить прощения);
- 2) **гордость** (это чувство требует возмездия, расплаты, мести);
- 3) жажда справедливости (пока обидчик не понес наказания, человек считает себя вправе обижаться на него);
- 4) **самолюбие** (прежде чем простить, человек хочет, чтобы обидчик побегал за ним, вымаливая прощение, страдал, как пострадал он, испытал ту же боль и т. п.);
- 5) **низкая самооценка** (для таких людей простить означало бы понизить планку самооценки еще ниже, а также лишиться сочувствия со стороны других);

Каковы причины непροщения?

- 6) **болезненность нанесенной обиды** (сама мысль об обиде причиняет боль, человек не желает вспоминать об этой боли, особенно если рана слишком глубока и о ней хочется забыть, запрятав боль далеко внутрь себя);
- 7) **мнение окружающих** (в мире бытует неправильное представление о прощении, в окружающей жизни полно негативных примеров воздаяния, что еще больше культивируется в кинофильмах, друзья в качестве поддержки оправдывают непροщение, считают такое отношение справедливым);
- 8) **отношение друзей** (человек боится, что, если он простит, друзья или окружающие люди его не поймут и отвергнут);
- 9) **неспособность простить самого себя** (человек склонен переносить критику с себя на других людей — то, что не нравится в себе, трудно воспринимается и в других);
- 10) **неумение прощать** (человек не знает, что такое прощение, он может заблуждаться, считая, что уже простил, но на самом деле все еще таить в глубине души обиду).

Что же такое прощение?

- 1) **понимание мотивов, объяснение и оправдание действий обидчика** (этого недостаточно для прощения, необходимо принять решение, отпустить боль из сердца);
- 2) **все забыть** (некоторые думают, что со временем обида сама стирается с души, забывается, особенно если о ней не думать; но закапывание в себе боли не приносит душевного исцеления; время не может простить вместо человека, оно только помогает справиться с обидой, но само по себе ничего не дает);
- 3) **непонимание того, что на кого-то обижен** (возможно, обида уже давно забылась, но все еще сказывается на психическом состоянии, мешает в отношениях с людьми, создает внутренние комплексы, зажатость, беспокойство и т. п.; такими, например, бывают обиды, причиненные в детстве плохим отношением родителей и др.);

The slide features a decorative header with two horizontal brushstrokes in red and yellow. On the left, there is a vertical column of several overlapping stars in yellow and red. On the right, a large, prominent star in yellow and red is positioned. The main title is centered between these elements.

Что же такое прощение?

- 4) **отрицание факта обиды** (когда человек не признается даже сам себе, что обиделся на кого-то, как будто ничего не произошло, но на подсознательном уровне страдает из-за живущего в душе непращения);
- 5) **слова «Я простил тебя»** (человек может сказать это, но продолжать обижаться; некоторые думают, что благодаря своему признанию обида и боль автоматически уйдут, но этого чаще всего не происходит).

Непращение относится к внутреннему состоянию человека. Оно ранит самого обиженного, причиняя ему боль, даже если порой он этого не осознает.

Непращение приносит беспокойство и злобу, которые отравляют душу.

Непращение разрушает общение с людьми и мешает их наладить.

Как узнать, простил я обидчика или нет?

- 1) **огорчение** (если это чувство возникает всякий раз, когда вспоминается случай нанесения обиды);
- 2) **жалобы** (человек часто вспоминает случай нанесения обиды с целью пожаловаться на обидчика);
- 3) **уныние** (недовольство жизненными обстоятельствами приводит к этому чувству, а причина может скрываться в непрощенной обиде);
- 4) **отчуждение** (отсутствие желания общаться с обидчиком — человек начинает избегать встреч с ним; присутствие того, кто причинил когда-то боль, просто невыносимо; человек говорит: «Я тебе все простил, но больше ко мне не подходи», это свидетельствует о непрощении);
- 5) **требование возмещения ущерба** (когда человек готов простить только при условии возмещения причиненного ему ущерба, например, обидчик должен заплатить деньги или приобрести какую-нибудь вещь, сделать подарок, публично признать свою вину, встать на колени и т. д.; если этого не происходит, обида так и продолжает сидеть в сердце). Ответы записать на ватмане.



Все ли обиды я должен прощать? Или есть проступки, которые должны быть наказаны мной?



Как относиться к террористам или насильникам?

Что, если в результате их действий пострадали мои близкие родственники, друзья?

Можно ли простить, если нанесен тяжелый физический или моральный ущерб?



Как научиться прощать обиды?

1. Надо постараться за своей неудовлетворенностью и душевным дискомфортом увидеть в себе непрощение и искренне желать освободиться от него. **Прощение — это добровольное решение человека.**
2. Подумать и вспомнить случаи, когда я сам причинял боль другим людям таким же образом, как сейчас обижают меня.
3. Если я в ответ причиняю человеку такую же боль, какую он причинил мне, то я ничем его не лучше и достоин не меньшего презрения, чем он.
4. Поговорить с другом, кем-нибудь из взрослых или психологом о существующей проблеме и душевном конфликте. В этом разговоре очень важны искренность и честность.
5. Постараться примириться с человеком, причинившим боль, наладить с ним отношения, сказав, что простил его. Сделать первый шаг.

The slide features a light beige background with faint, large star shapes. At the top, there are two horizontal brushstrokes in red and yellow. On the left side, a vertical column of overlapping stars in red and yellow is positioned. A single large star with a red outline and yellow fill is located in the top right corner.

Я предлагаю вам выбрать свою группу.

1. Нужно прощать
2. Прощать не всегда
3. Не прощать

The image features a decorative header with two horizontal brushstrokes in red and yellow. On the left, a vertical column of overlapping stars in yellow and red is visible. On the right, a large, stylized star with a yellow center and red outline is positioned. The background is a light, textured yellow.

«Правило бумеранга»

*Других не зли и сам не злись,
Мы гости в этом бренном мире.
А если что не так – смирись.
Будь поумнее, улыбнись.
Холодной думай головой,
Ведь в мире все закономерно.
Зло, излученное тобой,
К тебе вернется непременно.*

The slide features a decorative border on the left side consisting of a vertical chain of overlapping stars in yellow and red. At the top, there are two horizontal brushstrokes, one red and one yellow, with a large red and yellow star on the right side. The background is a light yellow with faint, larger stars.

Пословицы:

Попробуйте соединить начало пословицы с её продолжением.

- 1 Есть слёзы –
- 2 Упавшего не считай
- 3 Кайся, да опять
- 4 Тому тяжело,
- 5 Злой человек, как уголь:

- А) кто помнит зло.
- Б) если не жжёт, то чернит.
- В) есть и совесть.
- Г) за старое не принимайся
- Д) за пропавшего.

The slide features a decorative border on the left side consisting of a vertical chain of overlapping stars in yellow and red. At the top, there are two horizontal brushstrokes, one red and one yellow, with a large yellow star with a red outline on the right side. The background is a light yellow gradient.

Пословицы:

*Есть слёзы – есть и совесть.
Упавшего не считай за пропавшего.
Кайся, да опять за старое не принимайся.
Тому тяжело, кто помнит зло.
Злой человек, как уголь: если не жжёт, то чернит.*

Попробуйте объяснить наиболее понятную и близкую для вас пословицу. *Злой человек, как уголь: если не жжёт, то чернит*

Чувства:

- 1 Досада
- 2 Порядочность
- 3 Агрессия
- 4 Доброта
- 5 Любовь
- 6 Раздражение
- 7 Уважение
- 8 Гнев
- 9 Вдохновение
- 10 Интерес
- 11 Презрение
- 12 Ненависть

- 13 Обида
- 14 Зависть
- 15 Сердечность
- 16 Ненависть
- 17 Любовь
- 18 Взаимопонимание
- 19 Равнодушие
- 20 Радость
- 21 Ревность
- 22 Страх
- 23 Счастье
- 24 Успех



The slide features a decorative header with a large yellow star on the right and a vertical column of smaller yellow and red stars on the left. Two horizontal brushstrokes in red and yellow run across the top. The title 'Дейл Брэкенридж Карнеги' is centered in red text.

Дейл Брэкенридж Карнеги

— американский педагог, психолог, писатель. Стоял у истоков создания теории общения, переведя научные разработки психологов того времени в практическую область, разработав собственную концепцию бесконфликтного и успешного общения.

Разработал психологические курсы по самосовершенствованию, навыкам эффективного общения, выступления и другие. Его книги остаются популярными по сей день.

Дейл Карнеги считал, что в мире нет плохих людей, а есть лишь неприятные обстоятельства, с которыми можно бороться, и совсем не стоит из-за них портить жизнь и настроение окружающим.



Советы Дейла Карнеги.

Правило 1: заполните свой ум мыслями о спокойствии, мужестве, здоровье и надежде, ведь «наша жизнь – это то, что мы думаем о ней».

Правило 2: никогда не пытайтесь свести счёты с обидевшими вас, потому что этим вы принесёте себе гораздо больше вреда, чем им.

Правило 3: ведите счёт своим удачам, а не своим неприятностям!

Правило 4: когда судьба вручает вам лимон, постарайтесь сделать из него лимонад.

Правило 5: забывайте о своих собственных неприятностях, пытайтесь дать немного счастья другим. «Делая добро другим, вы в первую очередь помогаете себе».

The slide features a light yellow background with faint, larger yellow stars. At the top, there are two horizontal brushstrokes, one red and one yellow. On the left side, there is a vertical column of several overlapping stars in red and yellow. On the right side, there is a single large star with a red outline and a yellow center.

Запомните!

1. Каждый может совершить ошибку.
2. Совершив ошибку, умей её признать.
3. Прости, и будешь прощён.
4. Прощенье уничтожит злобу и агрессию, разъедает ненависть, спасает от одиночества.
5. Прости, и твоя душа будет светлее.

The page features a decorative border on the left side consisting of a vertical chain of overlapping stars in yellow and red. At the top, there are two horizontal brushstrokes, one red and one yellow, with a large red and yellow star on the right side.

Прощенное воскресенье – 17 МАРТА

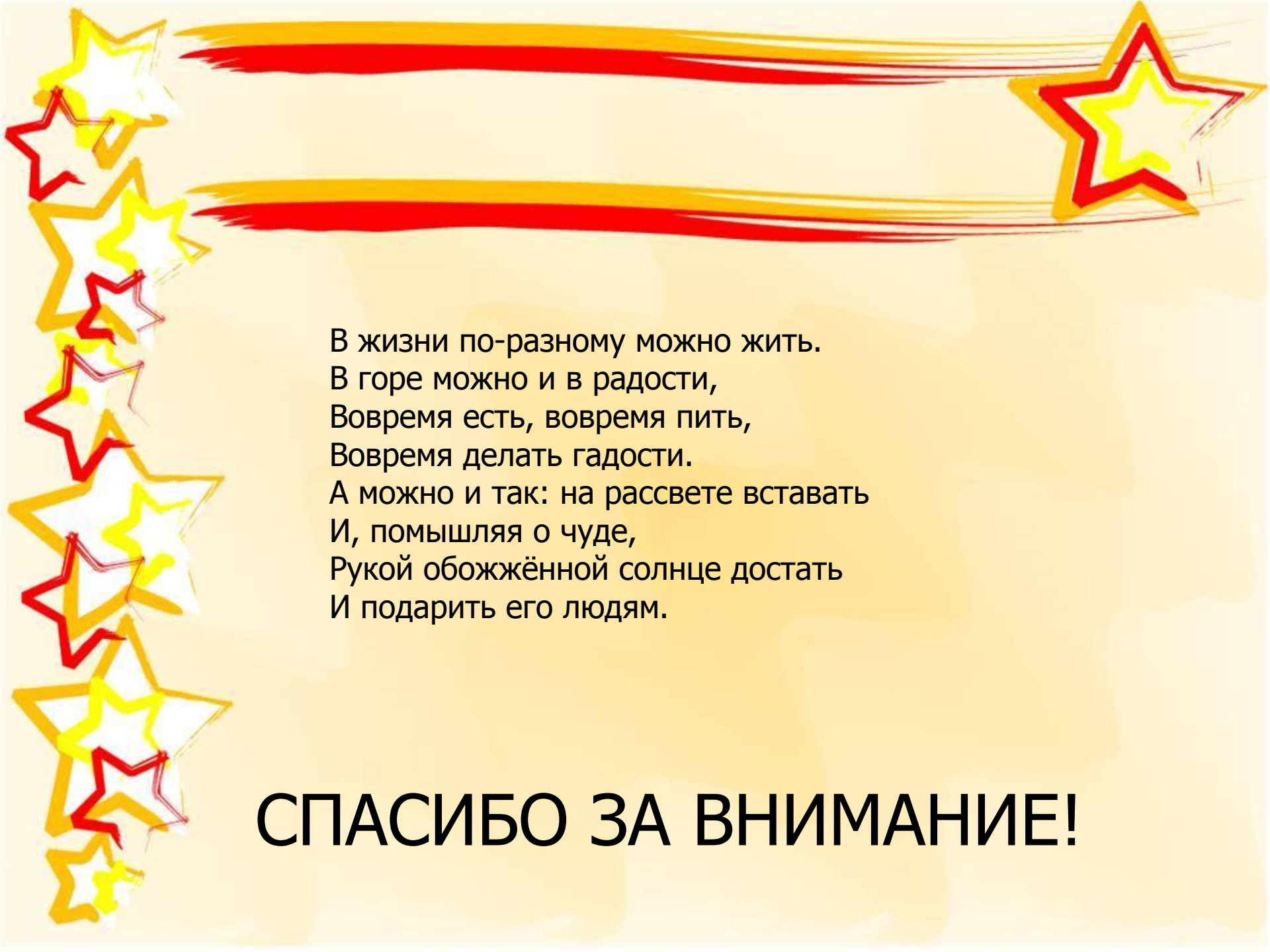
Самый долгий в году пост — Великий пост, предваряется днем, который в Православии именуется **Прощеным воскресеньем**.

Прощёное воскресенье, проводы, целовник — последний день Масленицы .

Христиане имеют благочестивый обычай просить в этот день друг у друга прощения грехов, ведомых и неведомых обид и принимать все меры к примирению с враждующими.



*Твори добро –
Нет большей радости.
И жизнью жертвуй,
И спеши
Не ради славы или сладостей,
А по велению души.
Когда кипишь,
Судьбой униженный,
Ты от бессилья и стыда,
Не позволяй душе обиженной
Сиюминутного суда.
Постой. Остынь.
Поверь – действительно
Все встанет на свои места.
Ты сильный. Сильные не мстительны.
Оружье сильных - доброта.
Татьяна Кузовлева*

The image features a light yellow background with two horizontal brushstrokes in red and yellow. On the left side, there is a vertical column of overlapping stars in yellow and red. On the right side, there is a large, prominent star with a yellow center and a red outline, also surrounded by brushstrokes.

В жизни по-разному можно жить.
В горе можно и в радости,
Вовремя есть, вовремя пить,
Вовремя делать гадости.
А можно и так: на рассвете вставать
И, помышляя о чуде,
Рукой обожжённой солнце достать
И подарить его людям.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!