

# Мои права и права других людей



**Цель: получить понятие о правах личности как  
основы адекватного взаимодействия**

**с окружающими.**



В повседневной жизни мы **часто**  
**сталкиваемся с грубостью, неуважением**  
к другому человеку.

- Это могут быть грубые слова, злая шутка, иногда физические действия (толкнули, задели). Порой человек делает это **случайно**, а иногда — **намеренно**.



**Из-за чего же человек может сознательно желать обидеть или унижить другого человека, даже незнакомого, еще не успевшего ничего ему сделать?**

Самое главное в дружбе на вопрос:

"Ты с кем дружишь - со мной или с Зайцем?"

Уметь ответить просто:

"- С тобой, - ..... И с Зайцем."

И чтоб друг при этом всё понял  
и не обиделся.

А ещё я знаю как не надо дружить -  
не надо дружить против кого-то!



- Почему человек может вести себя грубо?
- С чем связано **уверенное, неуверенное и грубое поведение?**
- Что значит **«качать права»**, как это **выглядит в поведении?**

# Уверенный или неуверенный?

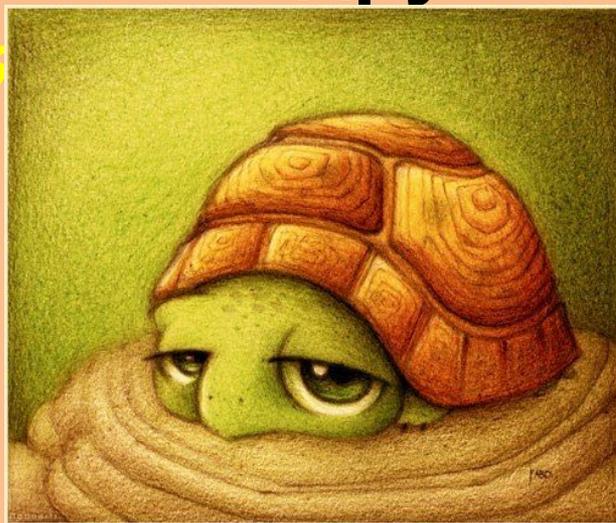


Существуют **личные права**, которыми каждый человек может пользоваться для защиты при разрешении всевозможных конфликтов

- Эти права отличаются от юридических. За защитой **своих личных прав** мы не вправе обратиться к закону, а **можем рассчитывать только на себя** и свои собственные возможности. Соблюдение этих прав гарантируется только одним — **равенством всех людей**. То есть, если ты нарушаешь чьи-то личные права, то точно так же будут нарушены и твои права.

Личные права могут быть любыми. Но они должны соответствовать двум критериям:

- 1. Твои права не должны ущемлять права других людей.
- 2. Осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а от тебя



# Личные права

- Личные права появляются у человека с момента рождения и сохраняются до самой смерти. Заявляя о своих правах, надо помнить: **точно такие же права есть и у всех остальных людей.** Учитесь **уважать личные права других** так же, как вы хотите, чтобы уважали ваши.

# Составьте список того, на что вы имеете право



# Что вы никогда не обязаны делать



# Вы имеете право:

- — *иногда ставить себя на первое место;*
- *просить о помощи и эмоциональной поддержке;*
- *протестовать против несправедливого обращения или критики;*
- *на свое собственное мнение и убеждения;*
- *совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;*
- *предоставлять людям решать свои собственные проблемы;*
- *не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным убеждениям;*
- *говорить «нет, спасибо», «извините, НЕТ», если что-то вам не подходит или не нравится;*

# **Вы имеете право:**

- — побыть одному(ой), даже если другим хочется вашего общества;**
- на свои собственные чувства — независимо от того, понимают ли их окружающие;**
- менять свои решения или избирать другой образ действий;**
- добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает;**

...

# Вы никогда не обязаны:

- — **быть безупречным(ой) на 100%;**
- **следовать за толпой;**
- **любить людей, приносящих вам вред;**
- **делать приятное неприятным людям;**
- **извиняться за то, что были самим(ой) собой;**
- **выбиваться из сил ради других;**
- **чувствовать себя виноватым за свои желания;**
- **мириться с неприятной ситуацией;**
- **жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;**

# Вы никогда не обязаны:

- — **сохранять отношения, ставшие оскорбительными;**
- **делать больше, чем вам позволяет время;**
- **делать что-то, что на самом деле не можете сделать;**
- **выполнять неразумные требования;**
- **отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;**
- **нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;**
- **отказываться от своего «я» ради кого бы то или чего бы то ни было;**

**Знание своих прав способствует обретению уверенности в себе и взаимодействию с другими людьми «на равных».**



# Составьте «Декларацию прав» — но обязательно помня о критериях.

- Повесьте этот список так, чтобы часто его видеть. И не позволяйте другим людям *манипулировать и играть вами* с помощью слов **«должен», «обязан»**



# Спасибо за внимание!



Добровольная бесплатная

круглосуточная служба помощи и радости – «Дружба» называется