|  |
| --- |
| ***Памятка школьникам "Семь правил выработки такого умонастроения, которое принесет душевное спокойствие и счастье"*** |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
| **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 счеты с Вашими врагами, потому что этим Вы принесете себе больше вреда, чем им. Поступайте, как генерал Эйзенхауэр: никогда не думайте ни минуты о людях, которых Вы не любите.**Правило 3.** Вместо того, чтобы переживать из-за неблагодарности, будьте к ней готовы.* Помните, что Иисус излечил прокаженных за один день – и только один из них поблагодарил его. Почему Вы ожидаете большей благодарности, чем получил Иисус?
* Помните, что единственный способ обрести счастье, – это не ожидать благодарности, а совершать благодеяния ради радости, получаемой от этого.

**Правило 4.** Ведите счет своим удачам, а не своим неприятностям!**Правило 5.** Не подражайте другим. Найдите себя и оставайтесь собой, ведь "зависть – это невежество", а "подражание – самоубийство".**Правило 6.** Когда судьба вручает Вам лимон, постарайтесь сделать из него лимонад.**Правило 7.** Забывайте о своих собственных неприятностях, пытаясь дать немного счастья другим. "Делая добро другим, Вы, в первую очередь, помогаете себе". |
| **Заметки психолога для школьников**  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
| * Положительная сторона учёбы в школе: ты начинаешь видеть свои сильные и слабые стороны.
* Тот, кто при написании контрольной, сдаче экзаменов рассчитывает на случай, шпаргалки или просто зазубривает материал, никогда не научится думать.
* Твоя успеваемость в большей мере зависит не от посторонних причин, а от самого себя, от твоего желания учиться и добросовестного отношения к занятиям.
* Не обескураживайся, когда тебе указывают на твои недостатки, отнесись к этому спокойно и постарайся извлечь для себя урок
* Немаловажно следить за своим внешним видом, однако, не стоит  это делать главным в жизни.
* Не стоит расстраиваться, если ты не выглядишь как фотомодель или супермен, у тебя есть прекрасные качества и достоинства, которыми можно привлечь к себе внимание.
* Думай хорошо- и тогда твои мысли созреют в добрые поступки.
* Нет ничего выше и прекраснее, чем давать счастье многим людям.
* Никто не знает предела своим возможностям. Не расстраивайся, если тебя по достоинству не оценили в настоящем. Преимущество мудрости в том, что ей принадлежит будущее.
* Не "разбрасывай" время. Это самое ценное, что у тебя есть!
* Самая дурная привычка у человека – оценивать, после того, как потерял.
* Общение с теми, у кого за плечами богатый жизненный опыт, предохранит тебя от однобокого взгляда на жизнь.
* Не живи, как хочется, а живи, как надо. Люди должны жить по законам добра и гуманности.
 |

**Притча. Что должен знать каждый**

Прежде чем положить карандаш в коробку, карандашный мастер отложил его в сторону.

- Есть пять вещей, которые ты должен знать, — сказал он карандашу, — прежде, чем я отправлю тебя в мир. Всегда помни о них и никогда не забывай, и тогда ты станешь лучшим карандашом, которым только можешь быть.

Первое: ты сможешь сделать много великих вещей, но лишь в том случае, если ты позволишь Кому-то держать тебя в своей руке.

Второе: ты будешь переживать болезненное обтачивание время от времени, но это будет необходимо, чтобы стать лучшим карандашом.

Третье: у тебя будет способность исправлять ошибки, которые ты совершаешь.

Четвертое: наиболее важная твоя часть будет всегда находиться внутри тебя.

И пятое: на какой бы поверхности тебя не использовали, ты всегда должен оставить свой след. Независимо от твоего состояния, ты должен продолжать писать.

Карандаш понял и был помещен в коробку с призванием в сердце.