**ПАМЯТКА дл учеников**

* Помните, что самые главные вопросы задаются не людям, а самому себе, но ответы на них следует искать вместе. Познание себя, управление собой должно стать постоянной заботой каждого молодого человека. Особого внимания требует умение управлять своим эмоциональным состоянием.
* Учитесь путем тренировок отстраняться от своего привычного взгляда и смотреть на проблему и людей беспристрастно, вырабатывайте психологический взгляд стороннего наблюдателя.
* Становясь старше, все больше внимания обращайте на появление и преодоление своих возрастных и профессиональных стереотипов. Изменение взглядов, мыслей и поведения требует многих усилий, большой внутренней работы и активности.
* Помните, если другие не разделяют ваших точек зрения, это не показатель их несостоятельности.
* Относитесь с иронией к значимости своей персоны, чаще улыбайтесь.
* 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.
* Взаимоотношения с единомышленниками и оппонентами стимулируют творческие процессы, больше общайтесь с разными людьми.
* Если вы заинтересованы в продуктивном общении с людьми, обращайтесь к тому позитивному, что в них есть, поворачивайте людей к себе хорошей стороной. Никогда не критикуйте личность, а давайте оценку только негативному поступку (не “ты плохой”, а “ты плохо поступил”).
* Будьте терпимы к человеческим недостаткам и слабостям. В любой конфликтной ситуации учитесь находить и предлагать оптимальное решение. Умейте признавать свою неправоту и при необходимости - извиняться.
* Делайте выбор самостоятельно, помня, что никто не может нам навязать толерантные отношения, и если для вас они малоэффективны и психологически вы не готовы их принять, это ваше право.
* Развивайте наблюдательность, воображение, учитесь понимать эмоциональное состояние другого, верно истолковывать его поведение.