|  |
| --- |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
|  | |
|  | |
| **Семь правил выработки такого умонастроения, которое принесет вам 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, сдачи 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 придела 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.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_