**НЕОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ УЧАСТНИКАМ АКЦИИ**

**«ПРОШУ ПРОЩЕНИЯ И БЛАГОДАРЮ»**

(Разработаны Е.В. Бачевой, ректором НОУ «Академия родительского образования»)

Процесс самоуничтожения человечества запущен людьми, потерявшими истинный смысл жизни — нести свет: творить добро, защищать истину, создавать красоту. Без покаяния и прощения ни у отдельных людей, ни у народов нет будущего.

Через что, где и как восстановить прощение и благодарность как норму отношений мужчины и женщины, родителей и детей, мужа и жены, учителя и ученика, начальника и подчиненного, кондуктора и пассажира, продавца и покупателя?

Прежде всего, по-моему, нужна просветительская работа детского и взрослого населения (материалы смотрите на нашем сайте www.aroperm.narod.ru).

Для этого может быть организована раздача листовок просто на улицах своего города или поселка, выдача их на родительских встречах в образовательных учреждениях. Их можно разнести по почтовым ящикам соседей, раздать на деловых совещаниях руководителей предприятий, разместить на своих сайтах (со ссылкой на сайт организаторов акции —www.aroperm.narod.ru).

Можно оформить стенд с материалами акции «Прошу прощения и благодарю» в детских и взрослых поликлиниках, в женских консультациях, в магазинах, в библиотеках, в комитетах по делам молодежи, в администрациях местного самоуправления, в клубах по месту жительства, в детских садах, в общеобразовательных школах, в учреждениях дополнительного образования и т.д. Инициаторами могут выступить любящие родители, люди просто неравнодушные к тому, что происходит с человечеством.

Сформировать папки с материалами акции для тех, кто работает с семьей, с родителями и детьми.

В образовательных учреждениях, как и в учреждениях культуры для детей, родителей провести уроки семейной любви «Прошу прощения и благодарю», «Для чего живешь, человек?», «Хорошо ли со мной людям?», «Когда какое слово молвить».

Организовать мини-концерт.

В этом деле могут участвовать и педагоги, и родители, и дети. А если этот коллектив будет небольшой, т.е. 7-9 человек, можно провести своеобразный агитпробег по соседним деревням или предприятиям и организациям. Не забудьте прихватить с собой листовки!

В семье, в классе, в учебной группе, в доме своем, в трудовом коллективе провести эстафету (кольцо) Благодарности: пусть каждый найдет слова благодарности хотя бы для одного человека. Только с детьми, скорее всего, понадобиться небольшая подготовительная работа, а именно: надо всем вместе попытаться согласовать, за что можно поблагодарить друг друга. И только потом запускать эстафету: кто-то из детей благодарит одного из присутствующих, тот в свою очередь — другого человека, и так до тех пор, пока благодарность не вернется к первому. Хорошо, если для эстафеты будет использоваться цветок, горящая свеча, валентинка, воздушный шарик и т.п.

Кстати, школьный праздник, районное мероприятие в рамках акции может быть закончено запуском воздушных шариков «Благодарю тебя, Мир!» с листочками благодарности в адрес друзей, коллег, любимых, родителей, судьбы, солнца и природы в целом. И здесь вам поможет наш материал «Исцеляющая благодарность» (смотрите наш сайт: www.aroperm.narod.ru).

А еще можно писать письма признания. Так в Верх-Рождественской школе Частинского района учителя написали семьям учащихся письма со словами прощения и благодарности. Инициатором выступила директор школы Валентина Владимировна Крылова. Письма были отпечатаны и размещены на школьном стенде в сельском магазине. Здесь же было помещено приглашение администрации образовательного учреждения на откровенный разговор о школьной жизни. Результат был удивительным: на разговор пришли и стар, и мал, и продолжался он с восьми часов вечера до глубокой ночи — люди были признательны учителям за их слова благодарности и прощения, и готовы были предлагать свои услуги для улучшения школьной жизни! Кстати, ученики этой школы писали письма признания своим учителям.

Подобные письма можно использовать и в семье. Мы, к сожалению, не всегда умеем слушать и слышать друг друга, а письма признания, как одна из технологий семейного счастья, настраивают наши сердца на диалог с любовью. И здесь хороши письма детей к родителям и родителей к детям (см. уроки семейной любви в книге Е. В. Бачевой «Всё начинается с любви»).

Работает в семье и в школе «Книга добрых слов»:

• ученику — победителю районной олимпиады, спартакиады — слова благодарности и поздравления пишут одноклассники, учителя, родители;

• учителю в день его рождения все желающие напишут добрые слова;

• родителям, участвующим в организации школьного дела, слова благодарности напишут и школьники, и педагоги и т.д.

Таким образом, взрослые и дети учатся быть благодарными.

Методобъединения учителей русского языка и литературы могут выступить инициаторами сочинений учащихся по теме акции. Перечень тем составят сами педагоги, а выбор будет за детьми. Можно издать школьный сборник этих сочинений с автографами авторов.

Классный руководитель с родительским активом класса могут выступить составителями семейного сборника пословиц, поговорок, высказываний великих людей по теме прощения и благодарности.

Одной из форм работы с детьми может быть и составление словаря порядочного человека с собственным согласованным толкованием основных понятий. И здесь за основу нужно взять словарь акции «Прошу прощения и благодарю» (см. сайт).

Единый день прощения и благодарения можно провести не только в образовательном учреждении, но и в небольшом трудовом коллективе, и в семье. Используем для этого визитку акции — маленький (3,5х3,5см) квадратик ватмана, с нарисованной в зеленой рамке веточке с тремя зелеными листочками - с одной стороны, а с другой стороны — «прошу прощения и благодарю». Визитки готовим заранее, а затем в течение учебного дня вручаем их тем, кому хочется сказать слова благодарности и попросить прощения.

В школе №140 г. Перми учителя в день ученика встречали детей в фойе школы и по своему выбору вручали визитки акции своим ученикам и при этом просили у них прощения за свое невнимание, непонимание и благодарили детей за терпение, за доброту, за любовь к школе, к своему учебному предмету.

В Верх-Рождественской школе Частинского района ученики писали письма признания своим учителям, слова прощения и благодарности, на листочке, адресованном конкретному учителю.

Можно провести вечера признания. На них чествовать ветеранов коллектива, выпускников школы, училища, вуза; юбиляров, руководителей — организаторов фирм, предприятий. А также поблагодарить их и попросить прощения (всегда есть за что!).

Не забудем про письма благодарности (со словами прощения) в адрес деловых партнеров, спонсоров, попечителей.

Добавим в методическую копилку тренинги, семинары, праздники девочки - девушки - женщины — мальчика — юноши — мужчины; тематические встречи с писателями, артистами, интересными людьми Края.

• А еще не забудем про дома для престарелых, приведем в порядок могилки дорогих нам людей. В День Победы поблагодарим ветеранов Великой Отечественной войны, скажем «спасибо» работникам тыла. И попросим прощения и у тех, и у других. Они и вправду заслуживают большего.

В 2011 году акция проходит с 5 апреля по 15 июля. Не забудьте о таких праздниках, как:

15 мая — Международный день семьи.

27 мая — Всероссийский день библиотек.

1 июня — Международный день защиты детей.

12 июня — День России.

19 июня — День медицинского работника, Международный день отцов.

22 июня — День памяти и скорби.

25 июня — День дружбы и единения славян.

27 июня — День молодёжи России.

8 июля — Всероссийский день семьи, любви и верности.

Участвуя в акции, вы творите Добро, защищаете Истину, создаете Красоту и возвращаете в нашу жизнь законы духовного Мира — любить, творить, прощать, благодарить. О своих добрых делах, пожалуйста, сообщите нам по электронной почте(domelena51@mail.ru).

Задания самим себе:

Возьмите листочек формата А6 и по собственному выбору письменно попросите прощения:

а) у себя;

б) у своих родителей;

в) у подруг (друзей);

г) у мужа (жены);

д) у детей;

е) свой вариант.

ПРОШУ ПРОЩЕНИЯ...

Прошу прощения у мужа…Андрей, прости меня за сказанные мною с твой адрес слова, которые чем-то тебя обидели; за взгляды, которые, быть может, были не ласковыми, не нежными по отношению тебе. Прости, что не сберегли часть нашей любви; за то, что не всегда забочусь о тебе, о наших детях. Прости за несвоевременное всплески эмоций после трудного рабочего дня. Прости за неправильные методы воспитания наших детей. Прошу прощения за то, что мы утратили умение общаться с некоторыми друзьями.

Твоя Ирина.

За что можем и должны просить прощения у детей: за невнимание; за непонимание; за недостаток внимания и любви; за поступки, совершенные и несовершенные; за повышенный тон разговора.

Вика

Я могу и должна попросить прощения у мужа за то, что слишком много времени отдаю работе, редко отвечаю взаимностью на его ласку. Я должна попросить прощения за то, что мысленно не раз думала о том, что желала себе другого мужа или одиночества. Должна попросить прощения слова, которыми не раз его обзывала.

Ирина

Прошу прощения у детей за то, что уделяла им мало времени, мало любила, не всегда могла их выслушать и помочь советом, за то, что не смогла сохранить связь детей с отцом, за оскорбление, унижения, за то, что мало хвалила, мало доверяла...

М.

Я хочу попросить прощения у своего мужа. Я очень часто бываю к нему требовательна, не всегда понимаю его, стараюсь все беды и невзгоды переложить на него плечи, обвиняя его во всех грехах.

Без подписи.

Я хочу попросить прощения у сына: за недопонимание; за то, что мало уделяла ему времени; за строгость; за неумение выслушивать до конца и принимать его решения такими, какие они есть; за конфликты в семье с его отцом.

Н.В.

Мне хочется попросить прощения у своего мужа за то, что на первом месте у меня моя работа: вечные тетради, собрания, праздники, на которых нет его; за наспех приготовленный ужин; за то, что выслушиваю других и что-то им советую и редко выслушиваю его. Даже ночью я лежу и думаю: завтра нужно не забыть сделать то-то и то-то.

Л.Т.

Я прошу прощения у своего ребенка, что не давала любви в то время, пока он ещё не родился и в его первые годы жизни. Не умела проявлять любовь свою потом. Когда он рос, уделяла мало времени, потому что мне стыдно занята была своими внутренними переживаниями, своей работой. И сейчас стесняюсь проявлять свою любовь, потому что ребенок уже взрослый. Я не могу открыто попросить прощения, потому что мне стыдно перед моим ребенком, что когда-то прокляла его отца. И теперь, когда его отец уже умер, я раскаиваюсь в этом.

Г.Т.

Должна попросить прощения у дочери… Виктория, я прошу прощения за те часы и минуты, которые ты проводила без меня, когда я часто оставалась допоздна на работе, за недополученную материнскую любовь, за недостаточное внимание к тебе, за все несказанные слова любви к тебе, моя девочка. Прости меня. И я прощаю тебя, прощаю за все несказанные и сказанные твои слова. Прощаю.

Светлана.

*Автор-составитель: Е.В. Бачевой, ректором НОУ «Академия родительского образования»*

Материал из журнала «Родной дом». – 2011. - № 1. – С. 28-33