

Сдержанность

в

речи

Сдержанность (также самообладание) — способность управлять своими действиями, проявлениями эмоций и внутренними побуждениями. Является чертой характера (как привычка «владеть собой»), но термин также применяется к поведению групп людей и государств.

В искусстве сдержанность обозначает внешнюю простоту, отсутствие ярких цветов.

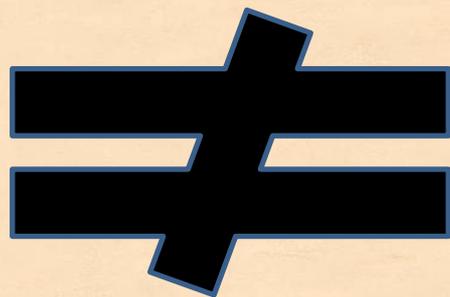
Например, чёрный и белый

Сдержанность – одна из обязательных сторон позитивного влияния. (Бог сдерживает гнев)

Однако, сдержанность только тогда оказывает положительное влияние, когда не совмещается с обидой, не используется с желанием продвинуть что-то своё. Иногда даже сдержанность может быть выражением жалости к себе, несчастной («вечно» грустный взгляд и т. п.)

Библейская сдержанность идёт вместе с

ВЛИЯНИЕ



ВЛАСТЬ

Сдержанность, как желание проявить власть своим влиянием, не способна достигать Божьих целей.

Сдержанность - аккуратность, а то и скупость в речи и выразительных движениях, продиктованная уважением к собеседникам или интересами дела.

Сдержанность определяется в большей степени характером воспитания.

В семье, где принята сдержанность, дети приобретают привычку реагировать сдержанно. Там, где принята экспрессия и импульсивность, дети так же

Сдержанность чаще характерна для людей воспитанных, не допускающих импульсивного негатива так же, как и чрезмерной восторженности, иногда пугающей окружающих.

Сдержанность не следует путать с бедностью в речи и выразительных движениях. О сдержанности говорят, когда человек владеет выразительным богатством, мог бы говорить громко, ярко и цветасто, но не привлекает к себе излишнего внимания и сдерживает себя. Разумная сдержанность - показатель воспитанности.

Женщины чаще мужчин принимают детскую позицию и разрешают себе несдержанность, что нередко становится привычкой и чертой женского характера.

'Ярко выраженная' сдержанность, если она проявляется в широком круге ситуаций, получает название 'невозмутимость'.

Николай Лесков «На ножах» отмечает с восхищением, что у девушки исчезли полудетские ссоры и появилась сдержанность и самообладание и в

Наполненность
(зрелость)

+

знание меры

Сдержанность

- ✓ Умеренность (знает меру, уравновешенность)
- ✓ Аккуратность (осторожность, выдержка)
- ✓ Самообладание (владение собой, обузданный)
- ✓ Отсутствие яркости (скромность)
- ✓ Спокойствие (мир, умиротворение)
- ✓ Совершенный (наполненный, исполненный)
- ✓ Не вспыльчивый (невозмутимый)
- ✓ Степенность, зрелость, присутствие духа
- ✓ Ровность (постоянство, хладнокровие)

Антонимы сдержанности

- ✓ Крикливость
- ✓ Невоздержанность
- ✓ Импульсивность
- ✓ Бестактный
- ✓ Избыток (излишек)
- ✓ Вызывающий
- ✓ Отталкивающий
- ✓ Вспыльчивость

- ✓ «Сдержанный человек гораздо интереснее»
(Агата Кристи)
- ✓ «Сдержанность и уместность в разговорах
стоят больше красноречия» (Френсис Бэкон)
- ✓ «Самое важное и самое трудное для мощного
духа — это уметь сдерживать себя: пруд
спокойно стоит в долине, но чтобы
сдерживать его, нужны горы» (Джозеф
Аддисон)
- ✓ «Молчание... во многих случаях
свидетельствует о высоком уме» (Джозеф
Аддисон)
- ✓ «Кто не умеет сохранять во льду свои мысли,

- ✓ «Молчание не всегда доказывает присутствие ума, но доказывает отсутствие глупости» (П. Буаст)
- ✓ «Только умея слушать и отвечать можно быть хорошим собеседником» (Ф. Ларошфуко)
- ✓ «Женщина всегда найдёт, что сказать, даже когда надо помолчать» (Александр Перлюк)
- ✓ «Я учусь сдерживать обиду, быть терпеливее, ждать. Я расту.» (Чарли Гордон)
- ✓ «Сдержанность — это такая верёвочка, которая иногда готова лопнуть.» (Ёко Тавада)
- ✓ «За какой надобностью непременно выплёскивать душу? Пускай лучше душа останется нерасплесканной.» (Анатолий Брусникин)

У Бога есть определенные причины и цели нашего создания. Однако, мы не имеем права идти к этим целям своими путями. Бог дал нам путь.

Сдержанность –
«поставить разум в рамки Евангелия».

- ✓ Притчи 17:14
- ✓ Притчи 20:3
- ✓ Притчи 16:32
- ✓ Притчи 17:27-28
- ✓ 1Тим. 6:3-4
- ✓ 2Тим. 2:14,23
- ✓ Еф. 4:29; 5:3-7
- ✓ 2 Петра 2:18
- ✓ Притчи 12:23
- ✓ Притчи 10:19
- ✓ Притчи 18:2

Практическое задание:

задавать себе вопросы перед
тем, как что-то сказать:

«Поставил ли меня на это
Бог? Какой будет результат
моих слов? Случится ли что-
то страшное, если я не скажу

Игра-викторина 3 июня 10:00

с 3 июля в течении 2 недель Чумакин о
последнем времени

Фотосессия

Август «стань гением»

Мастер-класс по укладкам/прическам?