**IGNORĒŠANA**

*Ikviens vēlas būt pamanīts. Uzmanība ir viena no dārgākajām lietām, kuru kādam varam sniegt. Dažreiz cilvēkiem patīk iegūt uzmanību, publiski uzstājoties, citreiz cilvēkiem patīk, kad par viņu jokiem smejas draugi vai kad viņu sasniegumus uzslavē skolotāji un vecāki. Citreiz svarīgi, lai uzmanību velta tuvs draugs uzklausot. Parasti to atklāti nesaka, bet cilvēki daudz ko dara, lai iegūtu citu uzmanību. Un tas nav slikti. Tas tā vienkārši ir. Tāpēc ir sāpīgi, kad kādam apzināti un tīšām nevelta uzmanību. Kad kādu ignorē, viņam tiek liegta viena no nepieciešamākajām un patīkamākajām lietām, ko cits citam varam dot – uzmanība.*

**Uzzīmē vai uzraksti, vai tev ir gadījies, ka tevi ignorē? Kā tu juties? Vai tu esi kādu ignorējis? Padomā un uzraksti, kā var aizstāt ignorēšanu!**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Jautājums diskusijai, kolektīvā vai ar draugiem*

**Kāpēc, tavuprāt, ir situācijas, kad kādu ļaunprātīgi ignorē?**

**IGNORĒŠANA**

*Ikviens vēlas būt pamanīts. Uzmanība ir viena no dārgākajām lietām, kuru kādam varam sniegt. Dažreiz cilvēkiem patīk iegūt uzmanību, publiski uzstājoties, citreiz cilvēkiem patīk, kad par viņu jokiem smejas draugi vai kad viņu sasniegumus uzslavē skolotāji un vecāki. Citreiz svarīgi, lai uzmanību velta tuvs draugs uzklausot. Parasti to atklāti nesaka, bet cilvēki daudz ko dara, lai iegūtu citu uzmanību. Un tas nav slikti. Tas tā vienkārši ir. Tāpēc ir sāpīgi, kad kādam apzināti un tīšām nevelta uzmanību. Kad kādu ignorē, viņam tiek liegta viena no nepieciešamākajām un patīkamākajām lietām, ko cits citam varam dot – uzmanība.*

**Uzzīmē vai uzraksti, vai tev ir gadījies, ka tevi ignorē? Kā tu juties? Vai tu esi kādu ignorējis? Padomā un uzraksti, kā var aizstāt ignorēšanu!**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Jautājums diskusijai, kolektīvā vai ar draugiem*

**Kāpēc, tavuprāt, ir situācijas, kad kādu ļaunprātīgi ignorē?**