«ЕСЛИ ТЕБЕ СТАЛО ОДИНОКО...»

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДРОСТКА

1. Изучай самого себя. Ищи причины твоей неудовлетворенности.
2. Найди информацию по данной теме.
3. Ищи человека, который сможет тебя понять и с которым ты будешь откровенен.
4. Не бойся говорить о своей проблеме. Проблемы есть у каждого, и все они решаемы.
5. Найди новое увлечение.
6. Познакомься с новыми людьми.
7. Необязательно иметь много друзей, некоторым достаточно одного-двух.
8. Для того чтобы иметь друзей, надо быть другом.
9. Помни, что каждый человек уникален и интересен по-своему.
10. Чтобы на тебя обратили внимание, стань интересным человеком.
11. Необходимо помнить, что для некоторых одиночество — активное творческое состояние, благоприятная возможность для общения с самим собой и источник силы.
12.Человек — большая тайна. Не жалей времени на изучение самого себя.
13. Помни о том, что у одиночества есть две стороны.
14. Если ты одинок, не ищи причины одиночества в других, ищи их в себе.
15. Если ты чувствуешь, что одинок, найди в этом плюсы и используй их с максимальной пользой для себя.

Уважаемые взрослые! Рядом с вами находятся те, кому так необходимы ваше понимание, ваша мудрость и поддержка.

Помните об этом!