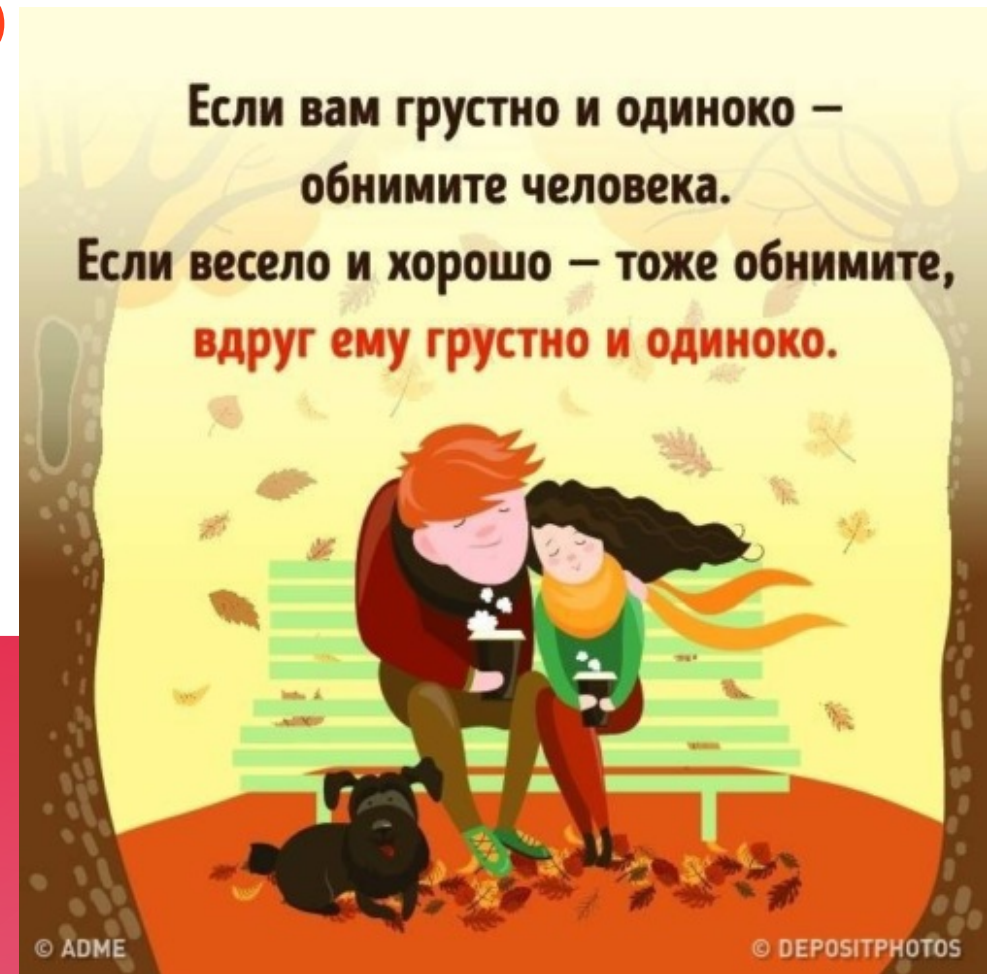


# «ЕСЛИ ТЕБЕ СТАЛО ОДИНОКО...»

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА





# ПРИНЯТИЕ УСЛОВИЙ ЖИЗНИ

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.



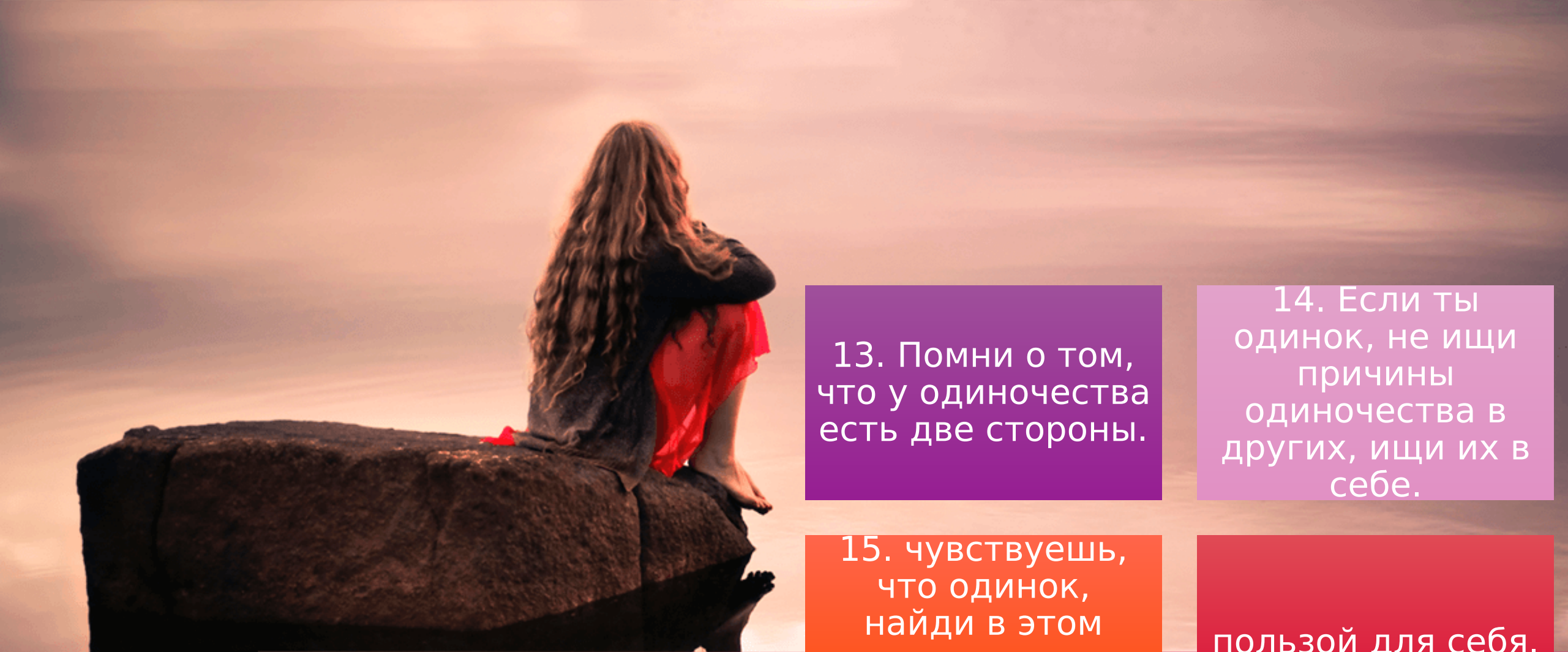
9. Помни, что каждый человек уникален и интересен по-своему.

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 жалея 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. чувствуешь, что одинок, найди в этом плюсы и используй их с максимальной

пользой для себя.



**Рядом с вами находятся те, кому так необходимы ваше понимание и поддержка. Помните об этом!**