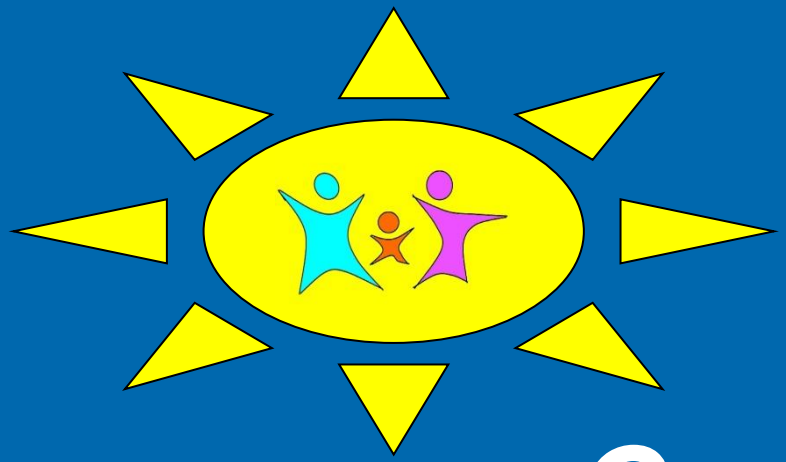

Самопознание «ЕСЛИ ТЕБЕ СТАЛО ОДИНОКО…»

РЕКОМЕНДАЦИИ:

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

Рядом с вами находятся те, кто поймет и поддержит – это Ваши родители, друзья, учителя.