

Одиночество

- **Если ты одинок — подумай, что можно сделать, чтобы это исправить.**
- **Помечтай, поразмысли, как ты реализуешь свои мечты.**
- **Найди среди своих знакомых, друзей, близких и приятелей хороших людей. Подумай об их жизни. О твоих отношениях с ними.**
- **Не пугайся, когда остаешься один на один с собой — это необходимо, чтобы повзрослеть.**
- **Подумай, есть ли такие люди в твоём окружении, с которыми ты не общаешься. Почему?**
- **Оставаясь наедине с собой, не придумывай себе занятие, а поразмышляй, почитай.**
- **Помни, что человек, который испытывает чувство одиночества, забывает о том, что его окружают люди. Сделай что-либо приятное для родителей, друзей, сестры или брата. Это поможет сблизиться с ними, наладить контакт. Помогай, и помогут тебе!**
- **И, наконец, ты действительно одинок или тебе это только кажется?**