

Рекомендации

«Что делать если тебе стало одиноко?!»

- 1. Изучай самого себя. Ищи причины своего одиночества.**
- 2. Найди информацию по данной теме, изучи свое одиночество.**
- 3. Ищи человека, который сможет тебя понять, и с которым ты будешь откровенен.**
- 4. Найди какое-нибудь увлечение.**
- 5. Познакомься с новыми людьми.**
- 6. Необязательно иметь много друзей, некоторым достаточно одного -двух.**
- 7. Чтобы на тебя обратили внимание, стань интересным человеком.**
- 8. Необходимо помнить, что одиночество не всегда вредно; оно нужно для творчества, для общения с самим собой, для размышлений.**
- 9. Если ты чувствуешь, что одинок, найди в этом плюсы и используй их с максимальной пользой для себя.**
- 10. Стань дружелюбным, искренним, без фальши, таким, с каким хотелось бы общаться тебе самому.**